

# **Der flexible Mensch und sein Leib**

**Inaugural-Dissertation**

**zur**

**Erlangung  
der Doktorwürde**

**des**

**Fachbereichs Erziehungswissenschaften der  
Philipps-Universität Marburg/Lahn**

**vorgelegt von**

**Jörg Schröder**

**aus Leipzig**

**Marburg/Lahn 2008**

Vom Fachbereich Erziehungswissenschaften  
der Philipps Universität Marburg/Lahn  
als Dissertation angenommen am 28.10.2008

Abschluß der mündlichen Prüfung am 03. Dezember 2008

Betreuer: Prof. Dr. Jürgen Seewald, Universität Marburg

2.Gutachter: Prof. Dr. Manfred Eckert, Universität Erfurt

<b>Gliederung</b>	<b>3</b>
0. Einleitung	9
0.1 Problemstellung	9
0.2 Erkenntnisinteresse und Aufbau	11
 I. Die Flexibilisierung von Arbeit	 16
I.1 Typisierung	16
I.2 Vom geregelten zum flexiblen Menschen	18
I.2.1 Veränderte Produktionskonzepte	18
I.2.2 Flexibilität	21
I.2.2.1 Funktionale Differenzierung	22
I.2.2.2 Dezentralisierung/Enthierarchisierung:	22
I.2.2.3 Vermarktlichung	23
I.2.2.4 Flexible Arbeitszeitgestaltung	24
I.2.3 Neue Arbeitsverhältnisse	26
I.2.4 „Indirekte Steuerung“	27
I.2.5 Ein neuer Leittypus: Arbeitnehmer mit unternehmerischem Denken	28
I.2.6 Das prekäre Ziel der Balance von Arbeit und Leben	31
I.2.7 Gesundheitsrisiken der Beschäftigten	33
I.2.8 Fazit	35
I.3 Sinnhorizonte menschlicher Arbeit	35
I.3.1 Arbeit als Umgestaltung der Natur	35
I.3.2 Menschliche Arbeitskraft als Ware	38
I.3.3 Der arbeitende Mensch als Warenverkäufer	39
I.3.4 Arbeit und zweckrationales Handeln	41
I.3.5 Arbeit und die Instrumentalisierung des Körpers	42
I.3.6 Subjektivierung von Arbeit	44
I.3.6.1 Selbstökonomisierung als neue Form der Verwertung von Arbeitskraft	45
I.3.6.1.1 Arbeitshandeln bezogen auf Produkt und Arbeitsorganisation	45
I.3.6.1.2 Arbeitshandeln unter Kosten/Nutzen- und Gewinnspekten	46
I.3.6.1.3 Das berufliche Ich als Ressource	47
I.3.6.1.4 Das Ich als Selbst-Manager	49
I.3.6.2 Arbeit als subjektivierendes Handeln	51

I.3.6.3 In-Dienst-Nehmen der Gefühle beim Arbeiten	53
I.3.7 Arbeit und Sinn	55
I.3.8 Modelle „guter Arbeit“	58
I.3.9 Fazit	60
I.4 Fremdbestimmung und Autonomie in der Arbeit	63
I.4.1 Unterdrückung, Unterwerfung und Entfaltung	64
I.4.2 Subjektivierende Unterwerfung	66
I.4.3 Macht, Unterwerfung und Entfaltung im Arbeitsprozess	66
I.4.4 Die Macht des Marktes als Macht des Faktischen	68
I.4.5 Macht als Vielfalt von Kräfteverhältnissen	71
I.5 Selbstoptimierung und Selbstsorge als Selbsttechnologien	72
I.5.1 Der Körper als Medium der Selbsterfahrung: Body Consciousness.	73
I.5.2 Der Körper als Medium der Selbstführung: Fitness	76
I.5.3 Der Körper als Medium der Selbstsorge: Wellness	78
I.6 Fazit	79
II. Sozialcharakter und Persönlichkeit des "flexiblen Menschen"	82
II.1 Gewöhnung als Einverleibung	82
II.1.1 Das Konzept des „Habitus“	83
II.1.2 Der soziale Sinn	85
II.1.3 Die Einleibung des Außen	86
II.1.4 Veränderung des Habitus	89
II.1.5 Fazit	91
II.2. Der beschleunigte Mensch	92
II.2.1 Zeitdimension der Gesellschaft und Charakter des Individuums	92
II.2.2 Der Akzelerationszirkel und das situative Ich	95
II.2.3 Vom „Rasenden Stillstand“ zur Fortsetzung der Evolution	98
II.2.4 Fazit	100
II.3 Zum Selbstverständnis postmoderner Menschen	102
II.3.1 Die Vermittlung von Individuum und Gesellschaft im "Gesellschaftscharakter"	102
II.3.2 Das Menschenbild bei Fromm	103
II.3.3 Die postmoderne Ich-Orientierung	105
II.3.3.1 Persönlichkeitszüge der aktiven und passiven Ich- Orientierten	107
II.3.3.2 Psychoanalyse und postmodernes Denken	111

II.3.3.3 Psychodynamik des postmodernen Charakters	112
II.3.3.4 Der produktive Ich-Orientierte	114
II.3.4 Fazit	115
II.4 Die aktuelle Identitätsdebatte	117
II.4.1 Das Kernselbst	118
II.4.2 Ich-Identität als steuerndes Zentrum	120
II.4.3 Die traditionelle Identität in der Krise	121
II.4.4 Persönlichkeit ohne Kern	124
II.4.5 Identität als "leeres Selbst"	124
II.4.6 Multiple Identitäten	126
II.4.7 Identität als Netzknoten	127
II.4.8 Identität als Patchwork	128
II.4.9 Fazit	129
III Flexibilität und Gesundheit	131
III.1. Gesundheit und Krankheit	131
III.1.1 Zur Geschichte der Diskurse	132
III.1.2 Personenbezogene Ansätze	136
III.1.2.1 Lern- und Persönlichkeitstheorien	136
III.1.2.2 Theorien des Gesundheitsverhaltens	137
III.1.2.2 Attributionstheorien	138
III.1.2.3 Entwicklungsorientierte Persönlichkeitstheorien	138
III.1.2.4 Theorien zu Bedingungen psychischer Gesundheit	139
III.1.2.5 Anthropologische Theorien	140
III.1.2.6 Das Konzept der Selbstsorge	142
III.1.3 Gesellschafts- und kulturbezogene Ansätze	144
III.1.3.1 Interaktions- und Sozialstrukturtheorien	145
III.1.3.2 Public-Health-Theorien	147
III.1.4 Integrative Ansätze	147
III.1.4.1 Allgemeine Stress- und Bewältigungstheorien	149
III.1.4.1.1 Stressentstehung	149
III.1.4.1.2 Stressbewältigung	152
III.1.4.2 Stresstheorien mit Bezug zu kulturellen Deutungsmustern	157
III.1.5 Fazit	162

III.2 Postmoderne Arbeitswelt und Depression	163
III.2.1 Das Phänomen Depression	163
III.2.2 Erklärungsansätze	164
III.2.2.1 „Das erschöpfte Selbst“	166
III.2.2.2 Von der Neurose zur Depression	168
III.2.2.3 Depression als subjektive Verarbeitungsformen gesellschaftlicher Veränderungsprozesse	170
III.2.3 Fazit	173
III.3 Gesundheitsschutz und Gesundheitsförderung des flexiblen Menschen	174
III.3.1 Arbeitsbelastung/ Arbeitsbeanspruchung	174
III.3.2 Der Workability-Index (WAI)	176
III.3.3 Arbeitsschutz	178
III.3.4 Betriebliche Gesundheitsförderung	179
III.3.5 Neue Herausforderungen der Betrieblichen Gesundheitsförderung	181
III.3.6 Lebensweltorientierte Primärprävention	183
III.3.7 Fazit	188
IV. Gedanken zu einem psychomotorisch-motologischen Umgang mit Flexibilität	190
IV.1 Leibphänomenologische Zugänge	190
IV.1.1 Die phänomenologische Haltung	190
IV.1.2 Leiblichkeit als Basis des Weltbezugs	192
IV.1.3 Zwischenleiblichkeit - Medium der Sozialität	195
IV.1.3.1 Resonanz, Gefühl und Atmosphäre	199
IV.1.3.2 Leibliches Handeln in Situationen	202
IV.1.4 Leib und Zeit	205
IV.1.4.1 Punktualisierung von Zeit	206
IV.1.4.2 Leibliches Hier-und-Jetzt	208
IV.1.4.3 Leibliche Zeiterfahrung	211
IV.1.5 Leibsubjekt und Identität	215
IV.1.5.1 Das Leibsubjekt in seinen lebensweltlichen Bezüge	215
IV.1.5.2 Identität und Spüren	218
IV.1.5.3 Kritik kognitiv zentrierter Identitätsmodelle	221

IV.1.5.4 Reflexive Leiblichkeit	224
IV.1.6 Macht und Handlungsfreiheit	227
IV.1.7 Handlungsfreiheit in Situationen	230
IV.1.8 Grenzerfahrung und Grenzkonflikte	233
IV.1.9. Die Sichtweise einer offenen Dialektik	235
IV.1.10 Fazit	237
IV.2 Umrisse eines Konzepts zu einem leiborientierten Umgang mit flexiblen Arbeits und Lebensverhältnissen	240
IV.2.1 Leiborientiertes Verständnis von Gesundheit und Krankheit	241
IV.2.2 Bedingungen einer gesundheitsförderlichen Arbeitskultur	245
IV.2.3 Situationen leiborientierter Interventionen	246
IV.2.3.1 Situationen zur Erfahrung und Entwicklung des Spürsinns	247
IV.2.3.2 Situationen des Miteinanders, der Resonanz und der gemeinschaftlichen Selbstsorge	249
IV.2.3.3 Situationen der Selbstvergessenheit und der Lebensfreude	251
IV.2.3.4 Metaphorische Situationen	252
IV.2.3.5 Situationen des Innehaltens und Entschleunigens	254
IV.2.3.6 Situationen des kreativen Umdeutens, der Selbstermächtigung und der Neuartikulation eigener Kriterien	258
IV.2.3.7 Situationen der Reflexion leiblicher Identität	261
IV.2.4 Zusammenfassung, Grenzen und Ausblick	263
V. Literatur	266

## 0. Einleitung

### 0.1 Problemstellung

Ökonomie und Arbeit befinden sich gegenwärtig in einem tiefgreifenden Umbruchprozess. „Flexibilität“ scheint das Zauberwort und Allheilmittel zu sein, das helfen soll, die ökonomischen Probleme unserer Zeit zu bewältigen. Flexibilität gilt heute als die Schlüsselqualifikation schlechthin und gehört zum Anforderungsprofil von Individuen ebenso wie von Organisationen und Institutionen. Zu beobachten ist, dass durch dynamische und offene Formen der Betriebs- und Arbeitsorganisation im Produktions- und Dienstleistungsbereich Arbeit und mit ihr die menschliche Arbeitskraft zunehmend flexibilisiert und entgrenzt wird. Für die Arbeitskräfte wird Flexibilität als Subjektqualität gefordert, die im „flexiblen Menschen“ (Sennett) ihren Ausdruck findet.

Die mit neuen betrieblichen Strategien verbundene Tendenz, Arbeitsprozesse "autonom" gestalten zu lassen, und die komplementär dazu wachsende "Subjektivierung" von Arbeit erweisen sich als paradoxe Prozesse mit höchst ambivalenten Folgen für die Arbeitskräfte: Von den MitarbeiterInnen wird erwartet, zeitlich und örtlich disponibel und mobil zu sein, „eigensinnig und zugleich anpassungsfähig, freigeistig und zugleich höchst loyal, grenzenlos kreativ und zugleich an maximaler Effizienz orientiert" (Engelmann 2001, 42). Gilt für den klassischen Lohnarbeiter noch die strikte Trennung von Arbeitszeit und Freizeit, von Arbeitsplatz und privatem Raum, so ist der flexible Berufstätige immer und überall „auf Arbeit“: Arbeit und Existenz werden deckungsgleich, und zwar im Sinne einer „Verbetrieblichung der Lebensführung“ (vgl. Jurczyk, Voß, 2000, 185).

Mit der Übertragung unternehmerischer Funktionen auf die Arbeitnehmer manifestieren sich verschiedene widersprüchliche Entwicklungen:

- die neuen Managementstrategien scheinen dem im Gefolge der 68er Bewegung des vergangenen Jahrhunderts gewachsenen Anspruch der Subjekte nach Selbstverwirklichung entgegenzukommen: es bestehen mehr Möglichkeiten als je zuvor, die eigene Berufstätigkeit autonom zu gestalten, über die eigene Zeit zu verfügen, um Kontext und Bedeutung der eigenen Tätigkeit zu wissen und seine Persönlichkeit in der Arbeit zu entwickeln. Allerdings erzeugen diese Strategien gleichzeitig einen paradoxen Druck: „Ansprüche, die die Subjekte zuvor herausgebildet hatten, als sie ihr Leben als einen experimentellen Prozess der Selbstfindung zu interpretieren begannen, kehren nun in diffuser Weise als äußere Anforderungen an sie zurück, so dass sie verdeckt oder offen zu



einem steten Offenhalten ihrer biografischen Entscheidungen und Ziele angehalten werden“ (Honneth 2002, 155).

- Auch die arbeitswissenschaftliche These „je größer Handlungsspielraum und Autonomie, desto größer Arbeitszufriedenheit und Gesundheit“ (Karasek / Theorell 1990) scheint sich bezogen auf Gesundheit in ihr Gegenteil zu verkehren: so sind die involvierten Berufstätigen zwar zufriedener und haben mehr Spaß an der Arbeit als im „Kommandosystem“ (Glissmann), gleichzeitig belastet sie die Arbeit gesundheitlich mehr als vorher, oft in Formen des sozialen Leidens unterhalb der sichtbaren Schwelle.
- Mit dem Flexibilisierungsgebot unter der Prämisse der schnellstmöglichen Marktanpassung werden Traditionen und Routinen entwertet und eigenes Handeln auf kurze Zeithorizonte bezogen. Beharrungsvermögen und Erfahrungswissen gelten als unnötiger Ballast. Es ist eher rational, sich nicht festzulegen und langfristige Bindungen und Verpflichtungen möglichst zu vermeiden. Die Entwicklungsaufgabe des Einzelnen besteht nicht mehr darin, eine stabile, sondern eine flexible Identität auszubilden, die zukünftige Optionen offen hält.
- Die zu schaffende Arbeit wird intensiver und beansprucht darüber hinaus immer mehr von der (Frei-)Zeit, die (zumindest unter traditionellen Arbeitsbedingungen) der eigenen Reproduktion vorbehalten war. Indem Privates in die betriebliche Sphäre und Betriebliches in die private Sphäre einfließt, werden paradoxe Erfahrungen gemacht. Gegensätzliche Wertvorstellungen wie z.B. "Kurzfristigkeit" vs. "Zeit für Beziehungen" können von vielen Erwerbstätigen oft nur schwer miteinander in Einklang gebracht werden.

In der Praxis ergeben sich daher für die einzelnen u.a. folgende Fragestellungen: Wie kann ich der Mischung von Herausforderung und Überforderung im neuen Anforderungsprofil gerecht werden? Woran merke ich, wenn mich die „Verbetrieblichung der Lebensführung“ überfordert? Wo kann ich Grenzen ziehen zwischen den tendenziell maßlosen Anforderungen des Marktes und eigenen Lebensbedürfnissen, ohne mich existentiell zu gefährden? Woran erkenne und spüre ich, was ich wirklich will? Was kann ich tun, um mich vor (Selbst-)Überforderung zu schützen und mit widersprüchlichen Anforderungen umzugehen?

## 0.2 Erkenntnisinteresse und Aufbau

Die Leitfrage der Arbeit lautet: inwiefern berühren die „Verbetrieblichung“ und „Vermarktlichung“ der Lebenswelt die eingebundenen Menschen als „Leib-Subjekte“<sup>1</sup> (Petzold, 1993) mit der ihnen gegebenen Sinnhaftigkeit: in ihrem Umgang mit der eigenen Gesundheit (wie Sorge ich für mich?), in ihrer leiblichen Identität (Was kann ich? Warum tue ich, was ich tue? Was will ich?) und in ihrer Handlungsfreiheit (Wer oder was bringt mich dazu, freiwillig Dinge zu tun, die ich gar nicht tun muss? Was kann ich ändern?).

Vor dem entfalteten theoretischen Hintergrund soll dann skizziert werden, ob und wie mit leiborientierter Theorie und Praxis postmoderne Berufstätige in ihrer Handlungsfähigkeit in der Bewältigung ihres Alltags unterstützt werden können, ob und inwiefern leiborientierte Konzepte Hilfestellungen bieten können, um in der Balance zwischen Arbeit und Leben („Life-Work-Balance“) eigene Befindlichkeiten, Ressourcen und Grenzen besser wahrnehmen und differenzieren sowie einen inneren, spürbaren Leitfaden zum Umgang mit Widersprüchen, Unsicherheit, Ambivalenzen etc. entwickeln zu können.

Um den Ausgangspunkt des Themas zu erschließen, sollen im ersten Abschnitt (I) nach einigen grundsätzlichen Bemerkungen über die Zuordnung von individuellen Verhaltensweisen und Lebenssituationen ("Typisierung") unter Rückgriff auf arbeits- und industriesoziologische Forschungsergebnisse zunächst die flexibilisierten Beschäftigungsformen, der tiefgreifende Wandel der Organisation und Steuerung von Arbeitsprozessen und die damit verbundenen paradoxen Arbeitserfahrungen und Implikationen für die Subjekte dargestellt werden. Diese Veränderungen der Arbeitswelt werden in der sozialwissenschaftlichen Literatur unter dem Begriff der "Subjektivierung der Arbeit" subsumiert.

Im nächsten Kapitel dieses Abschnitts geht es um die vertiefte Darstellung einiger grundsätzlicher Aspekte von Arbeit, die für Verhalten und Selbstverständnis postmoderner Arbeitnehmer Erklärungsansätze liefern können, wie z.B. der Warencharakter der eigenen Arbeitskraft, die Sinnhaftigkeit von Arbeit und Kriterien "guter Arbeit".

Um nachzuvollziehen, auf welche Weise sich momentan die Wandlung von Fremdzwang in Selbstzwang vollzieht und das allumfassende Marktprinzip verinnerlicht wird, wird im

---

<sup>1</sup> Im Leibsubjekt sind Leib und Subjekt untrennbar verbunden: "Der Leib als *sujet incarnée*", als "totales Sinnesorgan (...) umfasst die körperliche, seelische und geistige Dimension des Menschen mit seiner Einbindung in den sozialen und ökologischen Bereich" (Petzold, 1993, S.356). Das Leibsubjekt ist bezogen auf seine Lebenswelt (*être au monde*), steht in der Zeit (individuell und kollektiv) und ist sozial vermittelt (*social body*).

dritten Kapitel des I. Abschnitts danach gefragt, wie sich die von vielen Autoren beschriebene Polarität und Gleichzeitigkeit von Autonomie und Fremdbestimmung, Entfaltung und Selbstunterordnung des neuen Arbeitnehmertypus im Prozess der Subjektivierung theoretisch fassen lässt. Hierbei wird geprüft, ob sich in diesen explizit akademischen, teilweise philosophischen Diskursen um Fremdbestimmung und Autonomie (wie z.B. mit der Gouvernamentalitätstheorie Foucaults) ein fruchtbarer Zugang zum Verhältnis von Selbst- und Fremdbestimmung eröffnen lässt.

Die Beschreibung der Arbeits- und Lebenswelt und die theoretische Erschließung weiterer Bestimmungsmerkmale subjektivierter Arbeit, zu denen auch die widersprüchlichen Befunde von Fremdbestimmung und Autonomie in der Arbeit gehören, umreißen die Konstitutionsbedingungen der inneren Widersprüchlichkeit der subjektivierten Arbeitsmenschen und damit den alltäglichen Sinnhorizont, vor dem ihr Handeln verstehbarer wird und vor dessen Hintergrund ggf. angemessene leiborientierte Interventions- und Unterstützungsmöglichkeiten für einen Umgang mit subjektivierten Lebensverhältnissen entwickelt werden können.

Unter welchen Bedingungen, in welcher Form und mit welchen Zielen interveniert werden kann, hängt vom jeweiligen Menschenbild und von der Theorie über den Zusammenhang des einzelnen mit der Gesellschaft ab. Daher werden in Abschnitt II exemplarisch theoretische Diskurse aufgegriffen, die sich aus soziologisch-sozialpsychologischer und philosophischer Sicht mit dem Sozialcharakter und der Persönlichkeit des "flexiblen Menschen" beschäftigen. Das kulturanthropologische Habitus-Konzept von Bourdieu wird daraufhin befragt, wie der 'objektive' Einfluss der Gesellschaft mit der subjektiven Gestaltung von Gesellschaft vermittelt wird und wie ein Subjekt im aktuellen gesellschaftlichen Lebenszusammenhang handlungsfähig wird. Ich wähle Bourdieu auch deswegen, weil mit seinem Leibverständnis ggf. ein Anschluss zur leibphänomenologischen Diskussion gefunden werden kann. Im folgenden Kapitel wird im Kontext dieses Diskurses am Beispiel von Richard Sennetts Beschreibung des "flexiblen Menschen" und der soziologischen Beschleunigungstheorie von Hartmut Rosa der Zusammenhang zwischen der Persönlichkeit des "flexiblen Menschen" und der Zeitdimension fokussiert, vor allem auch deshalb, weil die Zeitdimension ein wesentliches Moment der aktuellen Veränderungsdynamik darstellt. Unter Rückgriff auf Erkenntnisse der psychoanalytischen Sozialwissenschaft mit dem theoretischen Konstrukt des „Gesellschaftscharakters“ (Fromm) wird im nächsten Kapitel *innerhalb* dieses Diskurses über den Zusammenhang zwischen

Sozialcharakter/Persönlichkeit und Flexibilisierung auf Bewusstseinsformen der handelnden Subjekte eingegangen, insbesondere auf die Veränderungen der Persönlichkeitsmerkmale des postmodernen Menschen in Form der "postmodernen Ich-Orientierung" (Funk 2005). In der Auseinandersetzung mit den Diskursen werde ich jeweils offene Fragen benennen, die unter leibphänomenologischer Perspektive möglicherweise eine Antwort finden lassen. Da die widersprüchliche Subjektivierung der Arbeit und ihre Implikationen für die Lebenswelt der Individuen Folgen für das Selbstkonzept und Selbstbild haben, bis dahin, dass die je subjektive Kontinuität und Kohärenz, das Zusammenhalten der eigenen Person in Frage steht, wird im nächsten Kapitel die Dimension der Identität diskutiert, und zwar unter dem Aspekt, wie sich die Veränderung des flexibilisierten Charakters in Konzeptionen von Identität wieder finden lässt.

Im dritten Abschnitt (III.), der der gesundheitswissenschaftlichen Perspektive folgt, geht es um die große Problemfrage spät- bzw. postmoderner Arbeitnehmer, inwieweit sie in der Lage sind, mit ihren subjektiven Fähigkeiten und Bewältigungsressourcen und einer mit den gesellschaftlichen Verhältnissen sich verändernden Identität die im ersten Teil beschriebenen widersprüchlichen und zerreißenen Arbeits- und Lebensbedingungen zu bewältigen, gesund zu bleiben oder krank zu werden.

Im ersten Kapitel dieses Abschnitts werden aktuelle Diskurse um Krankheit und Gesundheit, d.h. personen- und gesellschaftsbezogene sowie integrative Ansätze, vorgestellt - immer unter der Fragestellung, wie sie die individuellen und gesellschaftlich-kulturellen Anteile der Krankheitsverursachung und damit auch der möglichen Intervention differenziert ins Verhältnis setzen können. Daraufhin werden im nächsten Kapitel zunächst Gesundheitsrisiken der Beschäftigten in der flexiblen Arbeits- und Lebenswelt thematisiert, bevor angesichts der sich epidemisch ausbreitenden depressiven Störungen und des Konsums von Antidepressiva die Depression als subjektive Verarbeitungsform gesellschaftlicher Veränderungsprozesse (insbesondere ihrer Autonomieversprechen) betrachtet wird. Im letzten Kapitel dieses Abschnitts werden dann das in der Arbeitswelt dominierende, aber die Zusammenhänge verkürzende Belastungs-Beanspruchungs-Konzept sowie der klassische betriebliche Arbeitsschutz und die betriebliche Gesundheitsförderung beschrieben sowie ihre Grenzen und Herausforderungen angesichts der neuen betrieblichen Strukturen und Managementstrategien herausgearbeitet.

Die soziologischen, sozialpsychologischen und gesundheitswissenschaftlichen Diskurse liefern nun die Anknüpfungspunkte für eine leibphänomenologische Perspektive auf das

Problem der Flexibilisierung der Arbeitswelt, die den Anspruch erhebt, gesellschaftswissenschaftlich auf der Höhe der Zeit zu sein und gleichzeitig als Orientierungsbasis für praktische Interventionen dienen zu können.

Dies ist das Thema des vierten Teils der Arbeit (IV): Was heißt Leibphänomenologie? Ihre Grundidee besteht darin, nicht eine Begriffskritik an den verschiedenen Zugängen zum Verhältnis von neuen Produktionsmodellen und den sie bewältigenden Individuen vorzunehmen, sondern die Problemebene zu verlagern. Mit der Auseinandersetzung um begriffliche Inkompatibilitäten oder Einseitigkeiten, mit der Konstruktion neuer versöhnender Begriffe oder mit der Einführung einer Meta-Ebene würde man sich weiterhin innerhalb der Voraussetzungen der Begriffe selbst und des begrifflichen Denkens überhaupt bewegen. Ob soziologischer Subjektivismus oder soziologischer Determinismus, "in beiden Fällen wird die soziale Wirklichkeit zu einem Objekt, das sich, wenn auch nicht ohne Widerstand, dem analysierenden Blick des Betrachters öffnet. Sie wird zum Gegenstand, den der Theoretiker vor sich aufstellen und aus der Sicht eines autonomen Denkens mit Hilfe von Begriffen zerlegen und durch theoretische Synthesen rekonstruieren kann" (Coenen 1985, 138). Um dem Untersuchungs-"Gegenstand" in seinen lebendigen Bezügen gerecht zu werden, halte ich es für notwendig, auf eine vorbegriffliche Ebene zurück zu gehen, d.h. begriffliches Denken in Abhängigkeit und im Zusammenhang vor-begrifflichen Lebens oder ursprünglicher Erfahrung zu fassen (soweit dies überhaupt möglich ist). Denn die Reflexion über Themen, soziale Zusammenhänge, Subjekte etc. entstammt selbst dieser Vorgegebenheit und kennt, soweit sie ihren eigenen Ursprung einbezieht, von vornherein ihre Beschränkungen, sie weiß, "dass ihre Macht keine absolute ist, dass sie nie imstande sein wird, den Gegenstand der Reflexion zu totaler Klarheit zu bringen und damit über die Wahrheit als endgültigen Besitz zu verfügen. ... Das Vorreflexive befindet sich im Herzen der Reflexion und bestimmt deren Möglichkeiten und Grenzen" (Coenen 1985, 145).

Zunächst stelle ich die erkenntnis- und wissenschaftstheoretische Haltung der Leibphänomenologie vor (III.1). Die Lebenswelten der Menschen und damit ihre konkreten Befindlichkeiten, Orientierungen und Handlungsweisen sind nicht allein über beobachtbare und messbare Fakten zu erschließen, sondern über die subjektiven Beziehungen und Bedeutungen, die jene für die Menschen haben. Die für den Menschen entscheidende Wirklichkeit ist die subjektive, d.h. die leiblich erfahrene Wirklichkeit. Die Diskussion um Selbst- und Fremdbestimmung führt immer zur Frage, ob und inwieweit persönliche Handlungsfreiheit im sozialen Zusammenhang unter Herrschaftsbedingungen zu haben ist. Unter dem Thema "Handlungsfreiheit in Situationen" wird dabei sozialphilosophisch sowie

aus leibphänomenologischer Sicht ergründet, worin die persönliche Willens- und Handlungsfreiheit bestehen kann. Vor dem entfalten theoretischen Hintergrund soll dann skizziert werden, inwiefern mit leiborientierter Theorie und Praxis postmodernen Berufstätigen Hilfestellungen geboten werden können, damit sie in der Balance zwischen Arbeit und Leben („Life-Work-Balance“) eigene Befindlichkeiten, Ressourcen und Grenzen besser wahrnehmen und differenzieren sowie einen inneren, spürbaren Leitfaden zum Umgang mit Widersprüchen, Unsicherheit, Ambivalenzen etc. entwickeln und in der Bewältigung ihres Alltag handlungsfähig und gesund bleiben können.

Auf Basis dieser leibphänomenologischen Grundlegung und vor dem Hintergrund eines erweiterten Gesundheitsverständnisses werde ich schließlich Situationstypen und Situationen skizzieren, wie mit den in Kapitel IV.1.5.4 dargelegten Kompetenzen einer "reflexiven Leiblichkeit" ein leiborientierter Umgang mit den Herausforderungen der neuen Arbeitswelt praktiziert werden kann und motologisch/psychomotorische Interventionen für flexible Menschen fruchtbar gemacht werden können.

## **I. Die Flexibilisierung von Arbeit**

### **I.1 Typisierung**

Um den Typus eines „flexiblen Menschen“, „Arbeitskraftunternehmern“, „postmodernen Arbeitnehmer“ usw. beschreiben und analysieren zu können, sind zunächst aus Beobachtungen und Beschreibungen verallgemeinerbare Eigenschaften, Zuschreibungen und Verhaltensweisen dieser Personengruppe in ihren gesellschaftlichen Praxisfeldern herauszukristallisieren. Erst dann können als wesentlich erachtete Merkmale eines solchen Verhaltens zu einem Idealtypus synthetisiert werden und Verhaltensweisen in größerem Maßstab mit den real existierenden Individuen abgeglichen werden, um ggf. aus einem gesellschaftlich signifikanten Auftreten soziale und politische Schlussfolgerungen, Bildungsmaßnahmen, Forschungsnotwendigkeiten etc. abzuleiten.

Die Lehre vom "Idealtypus" ist eine der soziologischen Grundlagen der Zuordnung von individuellen Verhaltensweisen und Lebenssituationen. Dieser Begriff ist eng mit dem Namen von Max Weber verbunden und bezeichnet eine Form der begrifflichen Erfassung komplexer sozialer Sachverhalte. Oberste Aufgabe des Idealtypus' im Sinne Webers ist es, „die chaotische Vielfalt individueller Erscheinungen einem ‚idealen‘, d.h. einem gedachten Verlauf, zuzurechnen. ‚Ideal‘ sind die Idealtypen bei Weber in doppelter Hinsicht: Zum einen sind sie auf rein logisch-gedankliche Perfektion hin angelegt; zum anderen sind sie bezogen auf ‚Ideen‘ d.h. Gedankenbilder“ (Kaesler/Vogt 2000, 459). Der Idealtypus bezeichnet eine gedankliche Konstruktion von Sachverhalten (z.B. Organisationen, Charakteren) anhand von beobachteten oder erschlossenen Merkmalen, Verhaltensweisen und Eigenschaften, welche nicht die eigentliche Wirklichkeit ist, sondern die Bedeutung eines rein idealen Grenzbegriffs hat, an welchem die Wirklichkeit zur Verdeutlichung bestimmter bedeutsamer Bestandteile ihres empirischen Gehalts gemessen wird. Bei der Abstraktion des Idealtypus wird ein konstruierter, rein zweckrationaler Verlauf des Handelns unterstellt, um „das reale, durch Irrationalitäten aller Art (Affekte, Irrtümer), beeinflusste Handeln als ‚Abweichung‘ von dem bei rationalem Verhalten zu gegenwärtigenden Verläufe zu verstehen" (Weber 1922, 2f.). Diese Definition gibt den Hintergrund ab, vor dem die Besonderheiten des Einzelfalles sich abheben und beschrieben werden können. Darüber hinaus liegt damit auch ein Ansatz zur Erklärung menschlichen Handelns vor, wenn die Zusammenstellung der im Idealtypus beschriebenen Phänomene theoretischen Annahmen über wechselseitige Beziehungen, Kausalverhältnisse usw. folgt (Lexikon zur Soziologie

1995, 285).

Eine Typisierung besteht nun darin, dass das Handeln in einem verständlichen Gesamtzusammenhang, in seiner (idealisierten) Genese aus Wertideen und den Zwecken des Handelnden auf der einen, aus den Handlungsmöglichkeiten und –erwartungen auf der anderen Seite umrisshaft dargestellt wird. Erst eine solche Darstellung des Handelns in seiner Genese aus einem Kontext liefert eine verständliche Darstellung des Handelns (Schwemmer, 1984, in Kerber, Schmieder 621f.). Weber geht davon aus, dass die ganze soziale Wirklichkeit auf das soziale Handeln von Individuen zurückzuführen sei ebenso wie alles wahrnehmbare Geschehen auf Sinngebungsprozessen beruhe.

Das deutende Verstehen des subjektiv gemeinten Sinns menschlichen Handelns liefert den zentralen Focus der Weberschen Soziologie. „Sinn“ wird verstanden als bestimmender Faktor menschlichen Handelns. Weber stellt explizit eine enge Verbindung des Sinnverstehens mit einem kausalanalytischen Vorgehen her, so dass bei jeder Analyse des Handelns der Sinn in die Erklärung einzubeziehen ist. Er geht davon aus, dass auch der vermeintlich subjektive Sinn ein sozialer, d.h. ein gegenseitig und an Ordnungen orientierter und vermittelter Sinn ist. Immer geht es Weber darum, Sinn als kommunikel darzustellen, als intersubjektiv, der seinen Ausdruck in veränderlichen symbolischen Formen findet. Die Typisierung auf zweckrationale Zusammenhänge begründet Weber damit, ein Maximum an Eindeutigkeit und begrifflicher Präzision erreichen zu wollen. Derart könne seine verstehende Methode seines ‚intuitionistischen‘ Charakters entkleidet und zu einer intersubjektiv überprüfbaren Methode gemacht werden, mit deren Hilfe das soziale Handeln von Menschen und Gruppen sowohl unter Berücksichtigung ihrer (vermeintlich) subjektiven Sinnsetzungen als auch unter Miteinbeziehung der gesellschaftlich und kulturell vermittelten und bedingten Wertordnungen und Strukturbedingungen verstanden und dadurch erklärt werden soll (Kaesler, Vogt 2000, 459).

Webers Methode kann also als Synthese von empirischen Kausalitätsfeststellungen und rational begründeten Verstehensakten gekennzeichnet werden, wobei das zentrale Erkenntnismittel der Idealtypus ist. Als gedankliche Abstraktion (von empirischen Fällen) deckt er bei der Analyse sozialer und kultureller Fakten deren regelhaften Sinnzusammenhang auf (als das gemeinsam Typische).

Erst mit Schütz und Gurwitsch und in ihrer Nachfolge kommt in der Einsicht in die sozialen Strukturen und mundanen Konstituenten der Lebenswelt die Erkenntnis zum Durchbruch, dass „das Sinnproblem erst in vielfältigen Zusammenhangsweisen (z.B. von Milieu und Gesellschaft) lösbar wird“ (Kaesler, Vogt 2000, 425). „Der klassische Auftrag der



Soziologie, nämlich eine Aufklärung der personalen und gesellschaftlichen Lagen des Menschen und seiner Handlungshorizonte zu leisten, verlangt Zugang zu seinen lebensweltlichen Zusammenhängen. Das analytische Forschungsinteresse führt so zwangsläufig auf den Lebensweltbegriff. Als alltäglich Handelnde finden wir stets eine Welt vor. Aber wie aus unserer *Welt* des vorfindlichen Alltags *unsere* Welt wird, das ist die alles entscheidende Frage lebensweltlichen Aufbaus einer gemeinsamen lebenswürdigen Welt. Allein, in der Akzentverschiebung von unserer *Welt* auf *unsere* Welt, so Schütz, liegt das Problem der Lebenswelt und ihrer sozialen wie politischen Ordnungen“ (Kaesler, Vogt 2000, 426).

Im folgenden werden daher zunächst gesellschaftliche Phänomene, d.h. Praxisfelder und Lebenssituationen, äußere Anforderungen und Handlungsmöglichkeiten als Bedingungen des Handelns beschrieben. Anschließend werden unterschiedliche Erklärungsansätze zu den beobachteten Phänomenen dargestellt, bevor auch die subjektiven Verhaltensweisen und Eigenschaften in der Auseinandersetzung mit den Handlungsbedingungen zur Sprache kommen. In der Diskussion theoretischer Zugänge zum menschlichen Verhalten in ihren gesellschaftlichen Verhältnissen sollen schließlich immer wieder auch die subjektiven Sinnsetzungen thematisiert werden.

## **I.2 Vom geregelten zum flexiblen Menschen**

### **I.2.1 Veränderte Produktionskonzepte**

In der Arbeitswelt verändern sich Arbeit und Arbeitsorganisation grundlegend. Zu beobachten ist, dass durch dynamische und offene Formen der Betriebs- und Arbeitsorganisation im Produktions- und Dienstleistungsbereich Arbeit zunehmend flexibilisiert und entgrenzt wird (vgl. Moldaschl 1998, Voß 1998, Döhl u.a. 2001). Das bislang dominierende „fordistische“<sup>2</sup> Produktionsmodell wird abgelöst durch transnationale

---

<sup>2</sup>Die Leittechnologie des Fordismus ist das Fließband. Als kennzeichnend gilt eine Arbeitsorganisation, bei der Konzeption und Planung des Produktionsprozesses streng getrennt werden von der Ausführung standardisierter und vorher festgelegter Aufgaben in der unmittelbaren Produktion. Makroökonomisch bedeutete Fordismus, dass die Produktivitätszuwächse, die sich aus diesen Organisationsprinzipien ergeben, einerseits in ein aus Profiten finanziertes Wachstum der Investitionen und andererseits in ein Wachstum der Kaufkraft der Arbeiterlöhne umgesetzt werden. Als System der Spielregeln bezeichnete er Lohnverhältnisse mit langfristigen Arbeitsverträgen, mit streng reglementierten Entlassungsregeln und einem programmierten Lohnwachstum. Darüber hinaus sichert eine umfangreiche Sozialisierung der Einkommen durch den

Produktionsnetze auf Basis eines hochtechnologischen Paradigmas der Produktion. Den Kern der Restrukturierung der Kapitalakkumulation in den letzten Jahrzehnten bildet die über die Liberalisierung des Kapitalverkehrs Ende der 1970er Jahre herausgebildete neue Qualität der Finanzmärkte. Die Vorherrschaft der Finanzmärkte setzt sich einzelwirtschaftlich in eine Hegemonie des "Shareholder value" um, was zu einem beschleunigten Umbau der Unternehmenslandschaft und zu einer Ausweitung der Finanztransaktionen führt. Indem das fordistische Modell im wesentlichen auf der standardisierten, hierarchisch und hoch arbeitsteilig organisierten Herstellung von Massenkongsumgütern beruhte, war es seit Ende der 70er Jahre des 20. Jahrhunderts immer weniger in der Lage, auf sich schnell verändernde, labilere und sich immer stärker ausdifferenzierende Märkte zu reagieren. Sinkende Profite und der wachsende Konkurrenzdruck machten nicht nur einen massiven Kostenabbau und eine Forcierung der Arbeitsproduktivität erforderlich, sondern zwangen (und zwingen nach wie vor) zu einer Steigerung betrieblicher Reaktionspotentiale und Produktqualitäten (vgl. Kleemann 2002, 65).

Im neuen „postbürokratischen“ Produktionsmodell wird der Produktionsprozeß „flexibel entsetigt“ (Kühl 1994, 44), indem Produktion und vor allem das Beschäftigungsniveau ohne Zeitverlust an die Nachfrageentwicklung angepasst werden. „Betriebszeiten und Arbeitszeiten werden entkoppelt. Die hohe Kapitalintensität veranlaßt das Management, den Betrieb möglichst ‘rund um die Uhr zu nutzen’. Dienstleistungen und auch ein Teil der Zulieferfertigungen, die zur Produktion unregelmäßig anfallen, aber synchron zum Bedarf zu erbringen sind, werden nach außen verlagert. Sie verwandeln sich in ‘tertiäre Zuarbeit’“ (Novotny 1990, 112). Alvin Tofler nennt diese Gebilde „atmende Organisationen“, die sich je nach Bedarf aufblähen und wieder zusammenziehen (vgl. Welsch, 1997, 43). Die Rund-um-die-Uhr Nutzung der Maschinen und Anlagen auf der einen, der Menschen auf der anderen Seite wird befördert durch die neuen Informations- und Kommunikationstechnologien<sup>3</sup>. Sie erlauben einer beliebigen Anzahl von Nutzern - vor

---

Sozialstaat ein Mindesteinkommen für Lohnabhängige (vgl. Leborgne, Lipietz 1996, 697)

- <sup>3</sup> Informations- und Kommunikations (IuK-)technologien als Sammelbegriff bezeichnen
- den Computer in seinen Funktionen als Informationsmedium (zur Sammlung bzw. Verarbeitung von Informationen) und als Kommunikationsmedium (zur wechselseitigen Kommunikation und Kooperation),
  - weitere digitalisierte Telekommunikationstechnologien zur Unterstützung wechselseitiger Kommunikation (z.B. Fax; E-Mail; Teleconferencing-Systeme; Mobiltelefon), und
  - systemisch angelegte computerbasierte Kooperationsmedien (z.B. firmeneigene Intranets, computer supported cooperative work- (CSCW-)Systeme). (vgl. Kleemann et al. 2002, 60f.)
  - das Internet als weltweit vernetztes elektronisches Netz, in dem zunehmend das Wissen der Welt gespeichert ist und mit dem auf bequeme Art und Weise weltweit kommuniziert werden kann.

allem den global vernetzten virtuellen Unternehmen -, über die Zeitzonen hinweg gleichzeitig untereinander zu kommunizieren, Informationen auszutauschen und zu bearbeiten. So können z.B. produktionsrelevante Daten aus den Entwicklungs- und Konstruktionsbereichen der Verkaufszentralen in hiervon weit entfernt liegend Produktions- und Verkaufsstätten - auch während der bislang als Ruhephasen und Sozialzeiten geltenden Nacht- und Wochenendbereiche - online bearbeitet werden (vgl. Seifert, Welsch 1999, 63f.). Im Sinne einer „schlanken Produktion“ (Lean production, just-in-time-production<sup>4</sup>) werden eigene Lager und ihre Lagerbestände aufgelöst. Dies hat nicht nur zur Folge, dass die Lagerkosten reduziert werden, sondern dass der Nachfragedruck direkt in die Werkhallen gelangt. Auf diese Weise wird die eigentliche Kontrolle durch den Kundenauftrag ausgeübt, dem sich alle – Führungskräfte wie Nicht-Führungskräfte – wie ein an der gemeinsamen Sache arbeitendes Team stellen muss. Die Last der Marktunsicherheit wird auf Arbeitnehmer, Zulieferer und Dienstleister abgewälzt.

Die neuen Leitlinien „postbürokratischer Unternehmen“ sind „Grenzenlosigkeit<sup>5</sup>. nach innen und außen, Labilität von Strukturen, lose Kopplungen und Verbundsysteme von unabhängigen Leistungszentren“ (Kühl 1994,62). Ziel der Betriebe ist die Ermöglichung „einer umfassenderen Nutzung der Potentiale von Arbeitskräften: einerseits eine konventionell quantitative Steigerung der Arbeitsproduktivität, andererseits aber vor allem die Erschließung bisher nur unzureichend genutzter tiefliegender Leistungspotentiale von Menschen, wie etwa Innovativität, Kreativität, Begeisterungsfähigkeit, soziale und kommunikative Kompetenzen, unbegrenzter Leistungswille etc.“ (Jurczyk, Voß 2000, 166). Mit der neuen Arbeitsorganisation soll ein grundlegend erweiterter und letztlich sogar nahezu ‘totaler’ Zugriff auf die gesamte Person gegenüber der bisher allenfalls partiell möglichen Verfügung über ihr Arbeitskraftpotential“ (vgl. Voß 1994) erreicht werden.

## **I.2.2 Flexibilität**

---

<sup>4</sup> „Die Fertigung muss genau zu dem Zeitpunkt erfolgen, zu dem der Kunde sie verlangt, und genau in den Stückzahlen und gemäß den Qualitätsstandards, die er erwartet. Fehler, Ausfälle und Pannen können nicht länger verschleiert werden, weil dazu keinerlei Rücklagen mehr vorhanden sind. Noch die kleinsten Ausfälle führen zu einem Produktionsstillstand und werden so sichtbar. Die Auflösung der Lagerbestände bringt die Probleme ans Licht und zwingt angesichts der wartenden Kunden zu ihrer Lösung“ (Boltanski, Chiapello 2006, 124f.)

<sup>5</sup> Der Chefmanager von General Electric über die Zielrichtung des Unternehmens: „Unser Traum für die neunziger Jahre ist ein grenzenloses Unternehmen, (...) in dem wir die Mauern niederreißen, die uns intern voneinander und extern von unseren wichtigsten Bezugsgruppen trennen“ (in: Kühl 1994, 45).

Der Schlüsselbegriff des neuen Produktionsmodells ist „Flexibilität“<sup>6</sup>. In den Bereichen der Produktion und des Marktes, aber auch gleichermaßen als Subjektqualität gefordert, scheint Flexibilität als Allheilmittel zu gelten, um die aktuellen ökonomischen Probleme zu bewältigen. Um „Starre und Leblosigkeit“ (Sennett, 1998, 58) zu überwinden, gibt es in den Unternehmen kaum einen Bereich, der nicht den Ansprüchen nach Flexibilisierung in o.g. Sinne ausgesetzt ist: Lohn- und Gehaltssysteme, Organisationsstrukturen, Fertigungsprozesse, Arbeitszeit und last not least die Arbeitstätigen<sup>7</sup> selbst, die sich dort und auf dem Arbeitsmarkt möglichst flexibel verhalten sollen (vgl. Trinczeck 1998, 67). Während bis in die zweite Hälfte des 20. Jahrhunderts hinein dauerhafte und vergleichsweise starre Verhaltensreglementierungen in allen Ebenen der Gesellschaft dominierten, gilt heute Beharrungsvermögen eher als Hindernis, sich permanent und unverzüglich auf Veränderungen einstellen zu können. Um bisherige Gewohnheiten und Handlungsmuster zu verändern und ihre flexiblen Ressourcen von sich selbst aus zu mobilisieren, sollen Akteure und Institutionen mit dem Versprechen von größeren Handlungsspielräumen, die eigene Arbeit in eigener Regie zu gestalten, motiviert werden. Flexibilisierung wurde so anfänglich als gleichermaßen gewinnbringend für die wirtschaftlichen Interessen der Unternehmen wie für die Interessen der Beschäftigten<sup>8</sup> als

---

<sup>6</sup> Mit „Flexibilität“ wird alltagssprachlich Beweglichkeit, Veränderung, Anpassungsfähigkeit, Wandel etc. assoziiert. „Flexibilität“ wurde im 15. Jahrhundert Teil des englischen Wortschatzes und bezeichnet ursprünglich das Verhältnis von Biegsamkeit und Beharrungsvermögen. z.B. bei einem Baum, der sich zwar im Wind biegen kann, dann aber zu seiner ursprünglichen Gestalt zurückkehrt (vgl. Sennett 1998, 57). Ethymologisch wurzelt der Begriff im Lateinischen. Auch dort steht er für „Biegsamkeit“, Geschmeidigkeit“, aber auch für „Lenksamkeit“ und „Unbeständigkeit“. Er rührt vom Verb „flecere“, her, was so viel heißt wie biegen, beugen, krümmen; drehen, wenden, lenken, richten. Der Duden definiert den Begriff als „Biegsamkeit bei gleichzeitiger Zähigkeit“.

<sup>7</sup> Bezogen auf Personen verstehen Drever/Fröhlich unter „Flexibilität“ die „allgemeine und umfassende Bezeichnung für die Bereitschaft des Organismus, auf neue Gegebenheiten schnell zu reagieren bzw. das Verhalten zu verändern. Synonym: Anpassungsfähigkeit“ (1975, 122). Mit dem Gegenbegriff „Rigidität“ bezeichnen sie dabei „die Unfähigkeit oder nur eingeschränkte Fähigkeit eines Menschen, sich angesichts der Veränderungen der objektiven Bedingungen in Handlung (motorische Rigidität) oder Einstellung (affektive, kognitive usw. Rigidität) von einmal eingeschlagenen Handlungen oder Denkwegen zu lösen und angemessenere (angepasstere) zu wählen“ (ebenda, 265).

<sup>8</sup> Richard Baker, ein in der Schweiz lebender Brite mit einem „flexiblen“ Lebenspfad von einem internen zu einem externen Mitarbeiter, vom festangestellten Arbeitnehmer zum Zeitarbeiter, entwirft folgendes Szenario zu den Entwicklungen in der Arbeitswelt: *„Meiner Meinung nach sind wir heute an einem Punkt angelangt, an dem wir Menschen viel flexibler werden müssen, gedanklich, fachlich, beruflich. ... Dazu kommt die Telearbeit, immer mehr Menschen wollen bei sich zu hause arbeiten, das ist technisch inzwischen schon möglich. Ich hoffe, dass die Arbeit an einem Arbeitsplatz bei einem Arbeitgeber immer mehr in den Hintergrund rücken wird. Wir müssen heute vor allem in Teams integriert sein, mit Kollegen zusammenarbeiten und ich sehe keine große Notwendigkeit, tagein tagaus nur am Arbeitsplatz zu sitzen, um das zu tun. Mit entsprechender Ausrüstung und mit den neuen Telekommunikationstechnologien kann man gerade so gut zuhause bleiben. Die Arbeit wird heute meistens in Paketform zugeteilt, als befristetes Projekt, das auf einen bestimmten Termin erledigt sein muss...“* (Hensch, Wismer 1997, 120f.)

Zeitsouveränität gesehen. (Teriet 1976, Hörning et al. 1990, Hoff 1996). Vor dem Hintergrund aktueller Entwicklungstendenzen scheinen sich allerdings höchst ambivalente Wirkungen für Beschäftigte wie Nichtbeschäftigte daraus zu ergeben.

Im folgenden werden Hintergründe bzw. treibende Kräfte, Formen und Erfahrungen der aktuellen Flexibilisierungstendenzen skizziert.

Die Art und Weise des Umbruchprozesses läßt sich charakterisieren durch Auflösung funktionaler Differenzierungen, Dezentralisierung und Vermarktlichung.

### **I.2.2.1 Funktionale Differenzierung**

Funktionen, die ehemals Abteilungen, Bereiche und Zuständigkeiten zugeordnet waren, werden reintegriert - Abgrenzungen zwischen Forschung und Entwicklung, Arbeitsvorbereitung, Produktion und Marketing werden aufgehoben, Produktion und Verwaltung verschmelzen. Die MitarbeiterInnen der ehemaligen Abteilungen werden zu Teams, die bestimmte Aufgaben lösen sollen. Nach Kühl streben postbürokratische Unternehmen an, „verholzte Strukturen“ ab- und ein „umfangreiches Netz loser Strukturen“ aufzubauen (1994, 55). Zu den neuen flexiblen organisatorischen Arbeitsformen gehört, dass zur Erledigung zeitlich begrenzter Aufgaben Teams gebildet werden, die nach Abschluss der Projekte wieder aufgelöst werden<sup>9</sup>. Wurde die Verantwortung für den Firmenerfolg vorher vor allem von Vorgesetzten und Fachleuten getragen, kann jetzt jede Einheit frei entscheiden, wie sie Produktions- oder Gewinnvorgaben verwirklichen will.

### **I.2.2.2 Dezentralisierung/Enthierarchisierung:**

Hierarchie kann gesehen werden als eine Rangdifferenzierung, die gewöhnlich mit Aufgabendifferenzierung einhergeht, deren Kommunikationsstruktur asymmetrisch (von oben nach unten) organisiert ist und auf unterstellten Sanktionspotentialen basiert. Die damit verbundene Bürokratisierung von Kommunikationswegen und Entscheidungsprozessen ist bei turbulenten und instabilen Marktbedingungen jedoch extrem kontraproduktiv, so dass flexible Unternehmen bestrebt sind, hierarchische Stufen zu reduzieren und die

---

<sup>9</sup> So üben z.B. Arbeiter in Fertigungsgruppen ein Spektrum von Tätigkeiten aus, die traditionell vom Management wahrgenommen wurden: „Sie bestellen Material, legen Überstunden fest, bestimmen, wer welche Arbeitsposition einnimmt, definieren Arbeitsplatzwechsel, kalkulieren Produktivität, kontrollieren einen Haushalt und - wie in amerikanischen und holländischen Unternehmen - stellen Mitarbeiter ein und entlassen sie manchmal auch wieder“ (Kühl 1994, 64).

verbleibenden Ebenen durchlässig zu machen. Dezentralisierung bezeichnet die organisatorische Seite dieses Prozesses. Mit der Aufhebung der horizontalen und vertikalen Differenzierung werden Kompetenzen zentraler Instanzen auf bisher ausführende Stellen verlagert. Die eigene Arbeit wird möglichst nah am Kunden angesiedelt und Autonomie und Selbstverantwortlichkeit der Organisationseinheiten sowie der einzelnen wird gestärkt (je nach Situation und Beschäftigtengruppe in unterschiedlichem Ausmaß und in unterschiedlichen Formen). Gefordert ist eine aktive Eigenstrukturierung der Arbeit (vgl. (vgl. Kühl 1994, 53f., Moldaschl, Sauer 2000, 205ff, Kleemann u.a. 2002, 65ff.). Zu den neuen flexiblen organisatorischen Arbeitsformen gehört, dass zur Erledigung zeitlich begrenzter Aufgaben Teams gebildet werden, die nach Abschluss der Projekte wieder aufgelöst werden. Wurde die Verantwortung für den Firmenerfolg vorher vor allem von Vorgesetzten und Fachleuten getragen, kann nun jede Einheit frei entscheiden, wie sie Produktions- oder Gewinnvorgaben verwirklichen will.

Die multidisziplinären Teams setzen sich dabei nicht nur aus fest angestellten Mitarbeitern des Unternehmens zusammen, sondern auch aus Zulieferern, Kunden, Firmenberatern und externen Experten. Im Gefolge der Entwicklung der Telekommunikation arbeiten die Teammitglieder nicht unbedingt am gleichen Ort miteinander, sondern auch „vernetzt“, räumlich und zeitlich über die Unternehmensgrenzen hinaus. „Die Entwicklung neuer Produkte dank eines Simultanengineering ist der Inbegriff des idealen, seinem Wesen nach innovativen, multiplen, nach außen offenen und auf die Kundenwünsche hin ausgerichteten Teams. Innerhalb des Teams ist Selbstorganisation und Selbstkontrolle an der Tagesordnung“ (Boltanski, Chiapello 2006, 114).

### **I.2.2.3 Vermarktlichung**

Ob individuell oder im Team, Entscheidungen werden immer auch in Abhängigkeit von den Bedürfnisse des Marktes bestimmt, marktorientierte Anreizsysteme, faktische oder fiktive Konkurrenz von Unternehmenseinheiten (Cost-, Profitcenter) steuern das Verhalten. Der Markt sanktioniert anstelle hierarchischer Kontrollinstanzen (vgl. Moldaschl, Sauer 2000, 207). Entsprechend versuchen die Betriebe, in Abkehr von bisherigen Prinzipien der Arbeitskraftnutzung „Verantwortlichkeiten und Handlungsspielräume der Arbeitenden zu erhöhen und von ihnen in fast allen Dimensionen der Regulierung von Arbeit (zeitlich, räumlich, sachlich, sozial, sinnhaft usw.) auf neuer Stufe eine ‘Selbstorganisation’ ihrer Arbeit zu fordern“ (Kleemann u.a. 2002, 67).

Ob im Rahmen eines Beschäftigungsverhältnisses oder als „Selbständige“ - die einzelnen müssen sich selbst mit den in der Natur der Sache liegenden Notwendigkeiten und Gesetzmäßigkeiten auseinandersetzen. Die MitarbeiterInnen werden möglichst direkt mit den Notwendigkeiten ihrer jeweiligen Marktsegmente konfrontiert, mit dem Ziel, möglichst erfolgreich marktorientiert zu handeln: „Ihr selbst seid die Experten. Seht Euch den Markt an und tut, was ihr tun müsst!“ (Schmidt 2000, 31).

#### **1.2.3.4 Flexible Arbeitszeitgestaltung**

Von Flexibilität der Arbeitszeit kann immer dann gesprochen, wenn sie in irgendeiner Form als abweichend von einer „Normal“- oder „Standard“-Arbeitszeit bestimmt werden kann. Daher misst sich eine Definition von flexiblen Arbeitszeiten an einer Definition von nicht flexiblen Normal-Arbeitszeiten oder auch dem sog. Normal-Arbeitsverhältnis. Um die aktuelle Dynamik der Restrukturierung betrieblicher Arbeitszeitregimes angemessen abzubilden, soll die historisch-empirisch fundierte Definition einer normgeprägten Arbeitszeit von Kurz-Scherf (1995) zugrunde gelegt werden. Damit wird der Arbeitszeitstandard der Nachkriegsökonomie der Bundesrepublik Deutschland erfasst, der bereits eine traditionelle Arbeitszeitflexibilisierung einschließt: Überstunden gelten in gewissem Umfang als ‘normal’, Schichtarbeit in bestimmten Bereichen als selbstverständlich und sogar Wochenendarbeit in bestimmten Branchen als hinnehmbare ‘Normalität’. Erst Arbeitszeitmuster außerhalb dieses historisch gewachsenen Arbeitszeitstandards werden nach Kurz-Scherf als flexibel eingestuft (vgl. Hermann/Promberger et al. 1999, 25).

Ein Wegbereiter der flexibilisierten Arbeitszeiten in der Industrie war der Kompromiss der Tarifpartner zum Einstieg in die 35-Stunden-Woche in den achtziger Jahren.<sup>10</sup> Als Gegenleistung zur 35-Stunden-Woche wurden von den Arbeitgebern erweiterte Möglichkeiten der betrieblichen Arbeitszeitflexibilisierung ausgehandelt, produktionsökonomisch begründet mit der Entkoppelung der Arbeitszeiten von den Betriebszeiten, vor allem um die Betriebsnutzungszeiten zu verlängern. In den neunziger Jahren wurde die Diskussion um Flexibilisierungsformen seitens der Arbeitgeber weiter forciert, um auf das Arbeitsvermögen der Beschäftigten zeitlich erweitert über die ganze Woche und das ganze Jahr zugreifen und das Arbeitsvolumen optimal an die

---

<sup>10</sup> So hieß es etwa zum Tarifabschluss zur 38,5 Stundenwoche: „Die individuelle regelmäßige wöchentliche Arbeitszeit kann gleichmäßig oder ungleichmäßig auf 5 Werktage verteilt werden (...)Die wöchentliche Arbeitszeit muss im Durchschnitt von zwei Monaten erreicht sein“ (Hermann/Promberger et al 1999,19).

Produktionsauslastung ankoppeln zu können (vgl. Hielscher, Hildebrandt 1999, 21f). Verbunden mit den o.g. Tarif- und Manteltarifverträgen konnten nun auch auf betrieblicher Ebene, d.h. nicht mehr nur kollektiv und flächendeckend sondern zwischen Unternehmensleitungen und Betriebsräten ausgehandelte flexible Arbeitszeitformen eingeführt werden, häufig unter Zustimmung seitens der Beschäftigten. Mit dem Übergang der Regelungskompetenz von der Kollektivorganisation Gewerkschaft auf die einzelnen Betriebe gewann der „Sachzwang betrieblicher Notwendigkeiten“ zunehmende Geltung. Die feste Verteilung der Arbeitszeit und damit das Normalarbeitsverhältnis erodieren<sup>11</sup>. Die flexiblen Abweichungen von der Normalarbeitszeit können sich auf eine oder mehrere Dimensionen beziehen. Hierzu gehören neben der Dauer der Arbeitszeit und der Lage der Arbeitszeit im Tagesverlauf (z.B. Schicht- und Nachtarbeit) die Kontinuität (fest, regelmäßig wechselnd, variabel) und die Reichweite, bezogen auf den Tag, die Woche, den Monat, das Jahr und die Lebensarbeitszeit (vgl. Raehlmann, Meiners, et al.1993, 40).

Nach Trinczek lassen sich drei Flexibilisierungsstrategien unterscheiden:

1. *Differenzierung der Arbeitszeiten nach ihrer Dauer*: für unterschiedliche Beschäftigte(ngruppen) gibt es zu unterschiedlichen Zeiten unterschiedliche Anwesenheitsnotwendigkeiten. Dies gilt z.B. für Produktionsarbeiter, Konstrukteure und Entwickler entsprechend konjunktur- oder nachfragebedingter Schwankungen. So sind bestimmte Berufskompetenzen nicht einfach über Neurekrutierung auf dem Arbeitsmarkt zu bekommen, so dass den bereits im Unternehmen vorhandenen Spezialisten längere Arbeitsweisen zugewiesen bzw. zugemutet werden.

2. *Variabilisierung der Lage bzw. Reichweite des individuellen Arbeitszeitvolumens*: dies umschreibt die Anpassung der Arbeitszeitvolumina der Beschäftigten an die zur

---

<sup>11</sup>Insgesamt scheint für die meisten europäischen Arbeitnehmer die Normalarbeitszeit nach wie vor die Norm zu sein. In den 27 EU-Ländern ist für die Mehrheit der Erwerbsbevölkerung die Arbeitszeit insgesamt durch eine Kern-Arbeitswoche von fünf Arbeitstagen und 40 Arbeitsstunden gekennzeichnet. Über 55 % aller Arbeitnehmer arbeiten jeden Tag dieselbe Anzahl an Stunden, und mehr als 70 % arbeiten in jeder Woche dieselbe Anzahl an Tagen. Der Anteil der Arbeitnehmer, die außerhalb der üblichen Arbeitszeiten (nachts oder an den Wochenenden) arbeiten, ist seit 1995 leicht zurückgegangen.



Normalität marktwirtschaftlicher System gehörenden saisonalen oder konjunkturellen Schwankungen über Tage, Wochen, Monate, oder Jahre.

### *3. Kontinuierung von Betriebsnutzungszeiten bzw. betrieblichen Ansprechzeiten:*

Diese Strategie zielt auf die Amortisation des eingesetzten Kapitals durch verlängerte Betriebsnutzungs- bzw. Maschinenlaufzeiten und entsprechenden betrieblichen Arbeitszeiten - angesichts der zunehmenden Kapitalintensität ein in der Logik des Systems liegender Sachzwang. Im Zuge der Globalisierung und der Produktion in verschiedenen Zeitzonen wird auch die kontinuierliche Ansprechbarkeit im Unternehmen zunehmend wichtiger<sup>12</sup> (vgl. Trinczek 1998, 70f.).

### **1.2.3 Neue Arbeitsverhältnisse**

Während im fordistisch organisierten Kommandosystem die Unternehmensleitung zwischen den Beschäftigten und den Anforderungen des Marktes steht, inszenieren die neuen Managementkonzepte die möglichst unmittelbare Konfrontation der Beschäftigten mit den Handlungsbedingungen des Unternehmens (vgl. Glißmann 2000, 10f.). Die Strategie der Unternehmen geht im Sinne veränderter Produktions- und Marktbedingungen dahin, Arbeitsverhältnisse durch dynamische und offene Formen der Betriebs- und Arbeitsorganisation zu entgrenzen. Dies geschieht sowohl im Rahmen lohn- und weisungsabhängiger Beschäftigungsverhältnisse (Zeitarbeiter, Gruppenarbeit, Projekt- und Prozeßorganisation, Führung durch Zielvereinbarung, Teleheimarbeiter und Home-Office-Betrieb, Profit- und Cost-Center-Modelle) als auch über formell selbständige Formen der Erwerbstätigkeit (Subunternehmer, Freiberufler, Consultants, Freelancer, Kleinstbetriebe und Scheinselbständige, Franchising, Netzwerkorganisation, virtuelle Unternehmensformen). Immer häufiger werden temporäre Auftragsbeziehungen aufgebaut (vgl. Jurczyk, Voß 2000, 165). Dieser Trend zum Arbeitnehmer-Unternehmer „löst das Großunternehmen im idealtypischen Grenzfall in so viele Einzelunternehmungen auf, wie es Arbeitende beschäftigt, und stellt den gesamtbetrieblichen Zusammenhang als wesentlich komplexeren und variableren Verbund von individuellen Initiativ- und Profitcentern her“ (Zielcke 1996 zit. in Baukrowitz/Boes 1997, 22).

---

<sup>12</sup> Mit diesen Strategien werden unterschiedliche, teils widersprüchliche Problemlagen der Betriebe angesprochen, die sich teilweise gegenseitig ausschließen: So legt eine Strategie der Kontinuierung eine möglichst durchlaufende Produktion nahe, während Variabilisierung eine flexible Anpassung der Arbeitszeiten an schwankende Produktionsvolumina anstrebt (vgl. Trinczek 1998, 72).

Die Entwicklung der Belegschaftsstruktur wird als in drei Ringen, konzentrischen Kreisen oder mit ähnlichen Modellen abgebildet: Im Kern arbeiten die voll- oder teilzeitbeschäftigten Angestellten des Unternehmens, hoch qualifizierte und hochbezahlte Mitarbeiter mit Pensionsfonds, mobil und selbständig arbeitend; die zweite Mannschaft bilden Beschäftigte, deren Qualifikationen als nützlich gelten, mit festen Arbeitszeiten und angemessener Bezahlung und den dritten Ring bildet das wachsende Reservoir temporärer und schlecht bezahlter Arbeitskräfte mit flexiblen Arbeitszeiten und zeitlich begrenzten Arbeitsverträgen, Zeitarbeitskräfte von Leihfirmen und die „Neuen Selbständigen“, die Aufgaben übernehmen, die ausgelagert wurden<sup>13</sup> (vgl. Bulard 2000, 22/23).

#### **I.2.4 „Indirekte Steuerung“**

Das Selbstmanagement in Form eigener Verantwortung, des direkten Kundenkontakts, des Abgleichs eigener Leistungen mit der Zahlendynamik des Unternehmens erweitert zunächst den Handlungsspielraum der einzelnen. „Tatsache ist jedenfalls, dass die Beschäftigten vieles selbst entscheiden können, was vorher Vorgesetzte entschieden haben: Wann beginne ich mit der Arbeit? Wann höre ich auf? Wer macht was im Team? Das ist ein echter Gewinn an Freiheit, der von den Kollegen begrüßt wird. Überraschend ist dabei allerdings, dass man jetzt viel massiver unter Druck steht als früher...Die Beschäftigten müssen mit der neuen Selbständigkeit den Erfolg sicherstellen - nach dem Motto ‚Macht was ihr wollt, aber seid profitabel!‘“ (Glißmann, 2000, 11).

Da hochtechnisierte, computerunterstützte und dezentralisierte Unternehmen nicht mehr als Kommandosystem funktionieren können, geschieht Management als Selbstmanagement der Teams und der einzelnen. Indem nun Unternehmerfunktionen von den einzelnen Beschäftigten selbst ausgeübt werden, bedarf es einer indirekten Steuerung, die, indem „die Beschäftigten tun, was sie selber wollen, das erreicht, was die Unternehmensführung will“ (Glißmann 1999, 7). Diese indirekte Steuerung äußert sich in Maßnahmen wie Dezentralisierung, Abschaffung der Stechuhr, Selbstorganisation und Selbstverantwortlich-

---

<sup>13</sup>Der „4. Bericht über Arbeitsbedingungen und berufliche Belastungen in Europa“, der auf einer Umfrage von fast 30.000 Arbeitnehmern in 31 Ländern basiert, scheint diese Entwicklung zu bestätigen:

Die durchschnittliche wöchentliche Arbeitszeit ist in den letzten 15 Jahren kontinuierlich gesunken. Dies liegt vor allem an der zunehmenden Bedeutung von Teilzeitarbeit und dem Abbau extrem hoher Überstunden-Arbeit. Insgesamt ist eine deutliche Zunahme "atypischer Beschäftigungsverhältnisse" erkennbar: Teilzeitarbeit ist von 13% auf 18% gestiegen, befristete Beschäftigung ist insbesondere von 1990 - 2000 deutlich häufiger geworden. Ebenso ist die Zahl der Arbeitnehmer mit mehr als einem Job angestiegen. (Europäische Stiftung zur Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen 2007, 4. European Working Conditions Survey).

keit. Forschungsergebnisse zeigen, dass die Zunahme der Handlungs- und Entscheidungsmöglichkeiten am eigenen Arbeitsplatz durchaus mit der Zunahme von Fremdsteuerung der Arbeit einhergehen kann.

Je großflächiger und dauerhafter diese Form der Arbeitskraftnutzung wird, um so mehr kann von einem „Strukturwandel der basalen sozialen Verfassung von Arbeitskraft“ (vgl. Jurczyk, Voß 2000, 165) gesprochen werden: Der bisher vorherrschende Typus eines lohnabhängigen, stark beruflich basierten und mehr oder weniger auf reaktive Arbeitsausführung ausgerichteten Arbeitskraft wird zunehmend abgelöst durch den Typus des „Arbeitskraftunternehmers“, d.h. einer Person, die Arbeitskraft bzw. Arbeitnehmer und Unternehmer in sich selbst vereinigt (vgl. ebenda, 166). Damit verändert sich das Verhältnis von Arbeit und Leistung. Es geht weniger um die verlässliche Erfüllung von Aufgaben und die kompetente Anwendung von Routinen als um betrieblich wahrnehmbare Beiträge zum Markterfolg. Das Beschäftigungsverhältnis bildet nicht mehr die Grundlage, auf der Leistungen erbracht werden, sondern seine Geltung steht immer wieder neu unter dem Vorbehalt des Erfolgs, wenn der Arbeitskraftunternehmer sich und seine Leistung immer wieder verkaufen muss (vgl. Holtgrewe 2003, 29).

### **1.2.5 Ein neuer Leittypus: Arbeitnehmer mit unternehmerischem Denken**

Der Typus eines Arbeitnehmers, der seine Arbeitstätigkeit im Sinne allgemeiner Markterfordernisse selbst steuert, wird in der Literatur u.a. charakterisiert als „flexibler Mensch“ (Sennett 1998), „Intrapreneur“ (Gerlmaier 2002), unternehmerischer Angestellter oder „Arbeitskraftunternehmer“ (Pongratz, Voß 2003). Empirische Hinweise auf diesen Typus finden sich zwar erst in einzelnen Arbeitsfeldern, allerdings so breit gestreut über verschiedene Erwerbsbereiche, dass auf eine generelle Bedeutsamkeit geschlossen werden kann. Ausgeprägte Formen sind in der projektförmig organisierten Branche der Kommunikations- und Informationstechnologie (IT), in Medien- und Kulturberufen mit diversen Mischformen von abhängiger und selbständiger Beschäftigung (z.B. Journalisten), im Weiterbildungssektor, im Feld der Beratungsberufe oder der New Economy zu finden (vgl. Pongratz, Voß 2003, 28f., Dilk 2002). Die vor allem der Dienstleistungsbranche zuzurechnenden Betriebe zeichnen sich gegenüber den traditionellen Industriebetrieben dadurch aus, dass ihre Produkte Wissen und Informationen sind, d.h. im Know-How der einzelnen Beschäftigten bestehen. Durch die kurzen Innovationszyklen ist die Halbwertszeit der Arbeitsergebnisse in der wissensbasierten Branche außerordentlich gering, so dass das

Tempo der Veränderungen wesentlich höher ist als in anderen Branchen. Die Arbeitszeit ist nicht an einen Produktionsrhythmus gekoppelt und entsprechend kaum zu erfassen. Da die Computertechnologie alle Wirtschaftsbereiche durchdringt, beeinflusst sie neben der damit verbundenen Produktivitätssteigerung vor allem auch Denken und Verhalten der Arbeitnehmer in den anderen Branchen.

Während die ökonomische und betriebliche Seite des aktuellen Wandels vergleichsweise gut erforscht ist, gibt es bisher relativ wenige Ergebnisse zu den generellen Arbeitshaltungen und Erwerbsstrategien der postmodernen Beschäftigten. Pongratz/Voß haben eine Studie zu Erwerbsorientierungen in entgrenzten Arbeitsformen vorgelegt, in der sie auf die Subjektseite des Wandels der Arbeits- und Organisationsstrukturen fokussieren, d.h. auf die Deutungen der Arbeits- und Erwerbssituation, subjektiv artikulierte Interessen (Ansprüche und Erwartungen an Erwerbsarbeit) und Handlungsansichten zur kurz- und langfristigen Erwerbsgestaltung (vgl. Pongratz/Voß 2003, 14). Beim "Arbeitskraftunternehmer" als Typus handelt es sich zunächst um ein "analytisch pointiertes Modell" (ebenda, 28), das der Wirklichkeit im Einzelfall mehr oder weniger nahe kommt, und damit um ein theoretisches Konstrukt, das in qualitativen Interviews<sup>14</sup> verifiziert werden sollte. Die Orientierungen der Befragten sind hinsichtlich der kennzeichnenden Dimensionen "Selbst-Kontrolle", Selbst-Ökonomisierung" und "Selbst-Rationalisierung" unterschiedlich stark ausgeprägt.

Abweichend vom Idealtypus lassen sie eine klare "Absicherungsmentalität" im Sinne von "Orientierungen an den Sicherheitsstandards des Normalarbeitsverhältnisses" (ebenda, 155) erkennen und sind nur begrenzt bereit, sich im Sinne einer "aktiv zweckgerichteten *Produktion* und *Vermarktung* der eigenen Fähigkeiten und Leistungen auf dem Arbeitsmarkt wie innerhalb von Betrieben" (ebenda, 24, Herv. in Original) selbst zu ökonomisieren.. Jurczyk, Voß relativieren die Entwicklung eines neuen Arbeitnehmertypus' in dreierlei Hinsicht:

1. Zwar galt der Standard des Normalarbeitsverhältnisses in der Realität vor allem für Männer und entlang der Normalität männlichen Alltags und Lebensverlaufs, prägte aber dennoch eine für beide Geschlechter wirksame Norm. Unregelmäßige, verkürzte, vielfältige, mit anderen Zeiten vermischte Arbeitszeiten gelten nun immer weniger als typisch weibliche Abweichung von der Norm, sondern als neue Normalität.
2. Nach wie vor gibt es - keineswegs kleine - Bereiche (Branchen, Betrieb, Berufsfelder, betriebliche Funktionsgruppen, Arbeitsplatztypen), in denen Entgrenzungen nur bedingt oder

---

<sup>14</sup>Befragt wurden 60 Beschäftigte in 6 Unternehmen unterschiedlicher Branchen, wobei der Erhebungsbereich auf qualifizierte ArbeiterInnen (Gruppenarbeit) und Angestellte (Projektarbeit) ohne disziplinarische Führungsfunktionen beschränkt blieb (vgl. Pongratz/Voß 2003, 52).

überhaupt nicht zu finden sind und in denen sogar verstärkte traditionale Rationalisierung (hohe Arbeitsteiligkeit etc.) betrieben wird. Zudem werden die neuen Arbeitsformen zögerlicher angewandt als erwartet.

3. Auf Organisation und Steuerung von Arbeit wird nicht verzichtet, sondern sie wird auf systemisch höheren Ebenen eher indirekt vollzogen (vgl. ebenda, 162f.).

Auch Moldaschl/Sauer (2000) relativieren die angenommene Perspektive der Selbständigkeit des Arbeitskraftunternehmers:

1. Auch bei Erosion des Normalarbeitsverhältnisses werden die Beschäftigten wohl abhängig Beschäftigte<sup>15</sup> bleiben. Der Fluchtpunkt des Arbeitskraftunternehmers wird kaum in Reinform vorkommen. Sie schlagen daher vor, zwischen „realer“ und „simulierter“ Vermarktlichung zu unterscheiden. „Werden im Falle 'simulierter' Märkte die quasi marktlichen Handlungsbedingungen vom Management gestaltet (Kontextsteuerung), so stehen im anderen Fall die Organisationseinheiten z.B. Business Units, unmittelbar dem externen Markt gegenüber (Ergebnissteuerung). Außer den definierten Renditeerwartungen gibt es im Prinzip keine Vorgaben mehr“ (ebenda, 215).

2. Die Verselbständigung zum Unternehmer bleibt unvollständig, denn die Differenz zwischen den Gestaltern der Handlungsbedingungen und den Handelnden bleibt bestehen, allerdings auf höherem Abstraktionsniveau. Herrschaft wird abstrakt, indem man nicht mehr personalen Organisationsentscheidungen gegenübersteht, sondern dem Markt als einer anonym fungierenden Institution. Gegen diesen ist Rebellion zwecklos, allenfalls gegen den Zwang, einen Teil des Profits abzuführen.

3. Die Durchsetzung der realen Vermarktlichung, die sich in den Anforderungen an den Arbeitskraftunternehmer verdichten, kehrt die bisherige 'moderne' Organisations- und Rationalisierungslogik um: sie setzt tatsächlich auf Selbstorganisation und „durchlöchert Schritt für Schritt die Grenzwälle zwischen den für unser Gesellschaftsmodell bislang konstitutiven Institutionen von Kooperation und Herrschaft, abhängiger und selbständiger

---

<sup>15</sup> „Arbeitskraftunternehmer“ treten zwar formell als Selbständige auf, sind faktisch aber genauso von der Verwertung ihrer Arbeitskraft abhängig wie die traditionellen Lohnarbeiter. In der Praxis üblich ist dies bisher z.B. schon für Bauarbeiter oder LKW-Fahrer, die formell freie Unternehmer, faktisch aber Abhängige ihrer Vertragspartner sind. Gleiches gilt aber auch für die Hunderttausenden von selbständigen ProduzentInnen und KleinunternehmerInnen, die häufig von einem einzigen "Kunden" abhängen. Ohne dessen Nachfrage wären sie sofort und umstandslos erwerbslos (vgl. Seibert 1999).

Arbeit, Arbeit und Reproduktion“ (ebenda 215).

„So oft die Idee, Subjektivität avanciere ‘vom Störfaktor zur Ressource’ hohler Slogan sein mag - im Kontext der radikalen Vermarktlichung darf man ihr einen realen Kern nicht absprechen, Re-Subjektivierung soll verregelte und verriegelte Handlungspotentiale freilegen, soll anstelle von Bedürfnisaufschub und instrumenteller Orientierung Leidenschaft und Leidensbereitschaft mobilisieren, teure Kontrollsysteme durch kostenlose und effektive Selbstkontrolle substituieren, Herrschaft durch Selbstbeherrschung virtualisieren und Planung durch Improvisation flexibilisieren. Kurz, sie soll die Person mit der Arbeitskraft vereinen und den Bürger mit dem Arbeitnehmer versöhnen“ (ebenda, 216).

### **I.2.6 Das prekäre Ziel der Balance von Arbeit und Leben**

Ambivalenz und Flexibilisierung machen einen besondere Umgang mit Zeit notwendig: es gilt, die gesamte Lebensweise und ihre Situationen ständig auf die widersprüchlichen und unsteten zeitlichen Arbeitsverhältnisse abzustimmen. Aufwändige Koordinationstätigkeiten zwischen Arbeit, Familie, Freizeit werden nötig (z.B. Arbeitsbeginn und -ende bezogen auf Jahr, Monat, Woche oder Tag, Pausen, Urlaub, Weiterbildung, soziales Zusammensein etc.). Die einzelnen Individuen müssen ihre Erwerbstätigkeit und andere Aktivitäten des Alltags immer wieder neu arrangieren. Zeit und das Einsparen von Zeit dient als Maßstab. „Die Individuen werden gezwungen, selbst darüber zu entscheiden, an welchen Zeitmaßen sie ihr Leben ausrichten, sie werden zu Zeitbastlern und Zeitingenieuren ihres eigenen Alltags“ (Geissler/Adam 1998, 23).

Die offensichtlichste Folge zeitlicher Irregularisierung ist der Rückgang überlappender Freizeitfenster. „Die zeitliche Flexibilisierung erschwert auch soziale Zeit und Entlastung der Versorgungsarbeit: Personen des sozialen Netzwerkes, die Versorgungsarbeits-Entlastung bieten, haben, aufgrund deren eigener flexiblierter Versorgungs- und Erwerbs-Arbeitszeiten, zum Zeitpunkt des Bedarfs keine Zeit. Die Koordination der Zeiten erfordert Arbeit und zusätzliche Zeit. ...

Gebundene Zeit, ein Charakteristikum von Versorgungsarbeit, wird zum Negativ-Kriterium einer zeitökonomischen Konkurrenzgesellschaft. Versorgungsarbeit wird dadurch per se zum ‘Flexibilisierungs-Manko’: durch Bindung an körperliche Zeitrhythmen (Essens- und Einschlafzeiten von Kindern, Essens- und Pflege-Zeiten von älteren Menschen etc.), durch Bindung an die Institutionen-Zeiten (Schulzeiten von Kindern, Kindergarten-Öffnungszeiten

von Kleinkindern, Krankenhaus-Rhythmen von kranken Nahestehenden) oder durch Bindung an die Erwerbszeiten der Versorgten“ (Spitzner 1999, 287f.). Individuelle und soziale, formelle und informelle Ressourcen und Schutzregelungen scheinen zu schwinden<sup>16</sup>. Die Verteilung von Zeit, Zuständigkeiten und Orientierungen stehen prinzipiell zur Disposition. Welche Dynamik sich in der Selbstorganisation der zur Verfügung stehenden Zeit entwickeln kann, beschreibt ein IBM-Mitarbeiter:

*Ich habe meine Arbeit weiterhin geschafft - aber langsam droht sie mich zu schaffen. Ich wache nachts auf und klebe mir schweißgebadet kleine gelbe Haftzettel an die Stirn, immer noch getreu meinem Glauben an Zeitmanagement ('was einmal auf der To-Do-Liste steht, kann man für den Augenblick aus dem Arbeitsspeicher streichen'). Ich treffe mich samstags nicht mehr mit Freunden, damit ich nicht am Sonntag übermüdet rumhänge und mich bei meiner ('freiwilligen' und unentgeltlichen) Arbeit nicht quälen muss“ (IG Metall 2000, 45).*

Auf der einen Seite muss so das Leben wesentlich systematischer als früher zweckrational durchorganisiert werden („strategische Lebensführung“), auf der anderen Seite müssen auch neuartige, flexible und dynamische Alltagsmuster („situative Lebensführung“) entwickelt werden, um hochkontingente und unsichere Arbeits- und Beschäftigungsverhältnisse zu bewältigen (vgl. Kleemann u.a. 2002, 70ff.). Dies gelingt allerdings nicht immer:

*„Die ständige Erhöhung von Workload, Fahrzeit, Hektik und Stress nagen am Körper und Krankheit droht. Die Familie macht erste Bemerkungen: 'Schlage doch dein Bett in der Firma auf, du kommst eh nur noch zum Schlafen nach Hause'. Ich werbe um Verständnis, aber es verhallt ohne jede Resonanz für meine Situation. Freunde und Bekannte ziehen sich zurück, da man ja abends müde ist und bei Besuchen gähnt. Gegenbesuche müssen aus Zeitmangel ausfallen. Feiern nerven und meine innere Belastung kann ich mit niemandem teilen, weil mir niemand zuhören will und man mich als Simulanten abstempelt“ (IG Metall 2000, 45ff).*

Von „Flexibler Lebensführung“, die neben der Beweglichkeit auch die Selbstbestimmbarkeit einschließt, kann nach Jurczyk dann gesprochen werden, „wenn die wiederkehrende Routine in Frage gestellt wird, wenn Details im Alltag oder im Tagesablauf variiert werden können oder wenn sich sogar der gesamte Rahmen der Lebensführung verändert“ (1993, 255).

### **1.2.7 Gesundheitsrisiken der Beschäftigten**

---

<sup>16</sup> "Forderungen nach Flexibilität und dauernder Präsenz im Arbeitsleben belasten nach Einschätzung des Psychologischen Forums Offenbach Millionen Erwerbstätige, die 'unter mangelhaften Möglichkeiten leiden, sich mit Freunden zu treffen, privaten Interessen nachzugehen oder einfach nur ein Mal abzuspannen', sagte Ren Klöpfer, einer der drei Psychologen, die sich in dem Forum über die Folgen der Arbeitswelt auf die menschliche Psyche zusammengeschlossen haben. Vielen Arbeitnehmern fehle die Zeit für eine sinnvolle Ausgleichstätigkeit und gemeinsame Unternehmungen mit Freunden oder Familie. Damit entfalle ein grosser Teil sozialer und emotionaler Unterstützung, die die Auswirkungen der Stress-Faktoren abpuffern könnten, mahnen die Fachleute (aus: Tagesspiegel vom 30.9.99).

Die ambivalenten Anforderungen einer widersprüchlichen Arbeitswelt bleiben nicht ohne Folgen für die persönliche Befindlichkeit und/oder gesundheitliche Beeinträchtigungen postmoderner Erwerbstätiger. In den Medien finden sich zahlreiche Hinweise, Berichte und Analysen über zunehmende Belastungen, die mit den Veränderungen der Arbeits- und Lebenswelt in Verbindung gebracht werden können.

Insgesamt scheinen die Individuen auf die Flexibilitäts- und Mobilitätszumutungen mit Symptomen der Überforderung zu reagieren. Bekannteste Formen der verbreiteten chronisch-degenerative Massenerkrankungen sind Stress und Rückenschmerzen, das Burn-Out-Syndrom, Persönlichkeitsstörungen, Hyperaktivität, Alexithymie etc., neueren Datums ist das „Chronische Erschöpfungssyndrom“<sup>17</sup>. Neuere wissenschaftliche Studien lassen vermuten, „dass Depressionserkrankungen und auch die klinische Erscheinung multipler Persönlichkeiten Folgen unbewältigter Beschleunigungszumutungen bzw. einer veränderten Zeitwahrnehmung und -praxis darstellen“ (Rosa 1999, 411).<sup>18</sup>

Risikostrukturen, arbeitsbedingte Gesundheitsrisiken und Arbeitsbelastungen und Entwicklungsmöglichkeiten differieren allerdings je nach unterschiedlichen stofflichen Bedingungen (z.B. in der Industrie und im Dienstleistungen), nach unterschiedlichen betrieblichen Handlungsspielräumen (Marktstellung, ökonomische Lage) sowie nach Beschäftigtengruppen (vgl. Marstedt, Mergner 1996, 78).

### 1.2.8 Fazit

<sup>17</sup> Für das Krankheitsbild existiert eine Vielzahl unterschiedlicher Bezeichnungen. In der medizinischen Fachliteratur werden vorwiegend folgende Begriffe benutzt:

- Chronic Fatigue Syndrome (CFS) / USA
- Chronic Fatigue/ Immune Dysfunction Syndrome (CFIDS) / USA
- Myalgic Encephalomyelitis (ME) / u.a. GB, Australien, Kanada, Neuseeland
- Chronisches Erschöpfungssyndrom (CFS) / Deutschland (ICD 10: G 93.3)
- organische Störungen des Gehirns
- Postviral Fatigue Syndrome (PVFS)
- Benign Myalgic Encephalomyelitis" (BEME)

Der Beginn der Erkrankung ist meist grippeähnlich und abrupt, in einigen Fällen auch einschleichend. Charakteristisch sind Hals-, Kopf-, Lymphknoten-, Muskel- und Gelenkschmerzen, ständige Benommenheit sowie schwerwiegende Störungen der Konzentrationsfähigkeit und des Kurzzeitgedächtnisses. Schwäche- und Schwindelgefühl, Sehstörungen, unterschiedliche Mißempfindungen im ganzen Körper, auch im Gesichtsbereich, mäßiges Fieber bzw. Fiebergefühl, Schlafprobleme und Übelkeit werden geschildert. Häufig entsteht in der Folgezeit eine verwirrende Vielfalt weiterer Symptome. Die extreme, oft über Jahre anhaltende, lähmende Erschöpfung und Erschöpfbarkeit durch geringste Anstrengungen haben dem Krankheitsbild seinen Namen gegeben“ (Sobetzko 3/1998, internet).

<sup>18</sup> Der kanadische „Business and Economic Roundtable on Mental Health“ berichtet, dass „*at any given time, an estimated 10 per cent of the work force is suffering from depression, "a pervasive and treacherous illness "that often goes undiagnosed and untreated"* und „*Depression is by far the leading cause of disability today ... We are also seeing people today working harder and longer, but not more productively*“ so Mr. Wilkinson von der Versicherung Liberty Health (in Galt, V., Workplace Reporter, v. 21.7.2000).



Wenn feste Rahmenbedingungen fehlen, wenn es weder selbstverständlich ist, wie ein 'ordentliches' Leben auszusehen hat, noch eindeutig erkennbar ist, auf welchem Wege individuelle Ansprüche erfolgreich verwirklicht werden können, wird die alltägliche Lebensführung zum Problem, das sich die einzelnen reflexiv zugänglich machen müssen. Es entstehen Handlungsspielräume, die Person kann und muss sich selber definieren, welchen Ansprüchen und welchen Anforderungen sie wann und wie nachgehen will. Dieser grundsätzlich reflexiven Haltung kann sich niemand entziehen, zumal traditionelle kollektive und gruppenspezifische Sinnquellen der westlichen Industriegesellschaft (wie z.B. ethnische Identität, Klassenbewusstsein, Fortschrittsglaube) aufgezehrt, aufgelöst und entzaubert werden und Definitionen, Entscheidungen und Moral den Individuen selbst auferlegt werden (vgl. Beck 1995, 13).

Gleichzeitig müssen die postmodernen Beschäftigten in ihrer Arbeits- und Lebenswelt paradoxe Erfahrungen verarbeiten, wobei sie nicht dingfest machen können, wer oder was dafür verantwortlich ist. Sie sind gewissermaßen auf sich selbst zurückgeworfen, um eine Quadratur des Kreises zu organisieren:

1. die eigene Karriere planen und leben, aber immer schön teamfähig bleiben
2. egozentrische Kollegialität pflegen
3. sich selbst möglichst wegrationalisieren, aber übrig bleiben
4. arbeiten ohne Zeit- und Ortsbegrenzung, aber topfit und gesund bleiben,
5. allzeit bereit und allerorten per Handy verfügbar sein, aber stets ausreichend Distanz wahren
6. immer hübsch manisch drauf sein, aber dabei nicht depressiv werden, nicht abstürzen (Göbel 2004, 62).

Bevor Handlungs- und Bewältigungsmöglichkeiten postmoderner Berufstätiger in den komplexen und widersprüchlichen Handlungssituationen der neuen Arbeitswelt auch unter leibphänomenologischen Aspekten skizziert werden können, erscheint es mir sinnvoll, zunächst weitere Bestimmungs- und Strukturmerkmale menschlicher "Arbeit" als alltägliche Sinnhorizonte zu umreißen, auf deren Basis das Handeln postmoderner Berufstätiger verstehbarer wird. Im Anschluss daran werden soziologische und sozialpsychologische Diskurse skizziert, die direkt und indirekt mit dem Phänomen der Flexibilisierung zu tun haben und deshalb in der betrieblichen Praxis auch am ehesten wahrgenommen werden.

### **I.3 Sinnhorizonte menschlicher Arbeit**

Die Facetten von Arbeit, ihre Wahrnehmung, ihr Erleben, ihre Erfahrung und Bedeutung, nicht zuletzt das Selbsterleben - Lust und Unlust, Freude und Leid, Bedrängnis und Befreiung, Herausforderung und Langeweile, Gelingen und Misslingen - konstituieren einen Sinnzusammenhang. Sedimentierte individuelle Geschichte sowie räumlich-zeitliche und sozial interaktive Mitgegebenheiten verdichten sich in der Arbeitssituation, strukturieren Sinnhorizonte, die Erfahrenes verstehbar machen und weiteres Handeln ermöglichen. In diesem Kapitel sollen einige Elemente, die den Sinnhorizont von Arbeit ausmachen können, zusammengetragen werden. Zunächst wird auf Arbeit als Umgestaltung der Natur eingegangen, bevor sie unter der Bedingung des Verkaufs von Arbeitskraft, als objektivierende und subjektivierende Arbeit, als Zugriff auf die Emotionen der Arbeitenden und in ihrer Sinnhaftigkeit näher beleuchtet wird.

### **I.3.1 Arbeit als Umgestaltung der Natur**

Um zu leben, d.h. um essen und trinken, sich Wohnungen bauen oder Kleider herstellen zu können, bedarf es der Erzeugung der Mittel zur Befriedigung dieser Bedürfnisse, die Produktion des materiellen Grundlagen des Lebens selbst. "Die Arbeit ist zunächst ein Prozess zwischen Mensch und Natur, ein Prozess, worin der Mensch seinen Stoffwechsel mit der Natur durch seine eigene Tat vermittelt, regelt und kontrolliert. Er tritt dem Naturstoff selbst als eine Naturmacht gegenüber. Die seiner Leiblichkeit angehörigen Naturkräfte, Arme, Beine, Kopf und Hand, setzt er in Bewegung, um sich den Naturstoff in einer für sein Leben brauchbaren Form anzueignen. Indem er durch diese Bewegung auf die Natur außer seiner selbst wirkt und sie verändert, verändert er zugleich seine eigene Natur. Er entwickelt die in ihr schlummernden Potenzen und unterwirft das Spiel seiner Kräfte seiner eignen Botmäßigkeit" (Marx, 1989, 192). Der Mensch entwickelt in seiner Geschichte das Vermögen, sich die Natur anzueignen und verfügbar zu machen<sup>19</sup>. Seine leiblich-sinnliche Abhängigkeit von den Umständen und Gegenständen der Welt wandelt er auf vielfältige und gezielte Weise in aktive Tätigkeit, um Gegenstände und Umstände zu verändern.

Die "rationalistische" Hauptströmung des abendländischen Weltbildes ermöglichte durch

---

<sup>19</sup> Allerdings ist in der nutzenden Haltung zur Natur bereits auch das instrumentelle, vernutzende Verhältnis zu ihr angelegt, wie bereits Hegel in der Einleitung zur Naturphilosophie feststellte: „Das praktische Verhalten zur Natur ist durch die Begierde, welche selbstsüchtig ist, überhaupt bestimmt; das Bedürfnis geht darauf, die Natur zu unserem Nutzen zu verwende, sie abzureiben, aufzureiben, kurz, sie zu vernichten“ (Hegel 1970, 13).

seine Entfaltung in der neuzeitlichen Wissenschaft und Technik eine immer weiter fortschreitende Naturbeherrschung. Kant hat in seinen *Metaphysischen Anfangsgründen der Naturwissenschaft* darauf hingewiesen, dass „die moderne Naturwissenschaft u.a. auf der Voraussetzung beruht, dass von allem Lebendigen, Geistigen und Subjektiven - wie ‘Zweck’, ‘Form’, ‘Gestalt’, ‘Beseeltheit’, ‘Empfindung’ Befindlichkeit” abstrahiert werden muss (Lukoschik 1990, 148). Mit der industriellen Revolution und der Maschinisierung setzt ein Prozess des „Herausarbeitens aus der Natur“ ein, der unsere tätige Leiblichkeit gegen eine äußere Natur distanziert, in dem durch eigenes Wissen und Können jeweils der wissende und könnende Umgang mit ihr gebrochen und, über Umwege des wissenschaftlich-technologischen Wissens dieser Umgang erweitert, vertieft, vermittelter, wirksamer reorganisiert wird (vgl. Bahr 2000, 14).

Bezogen auf die anzueignende Natur spricht Marx von der Natur als „unorganischer Leib des Menschen, soweit sie nicht selbst menschlicher Körper ist. Der Mensch lebt von der Natur, heißt: die Natur ist sein Leib, mit dem er in beständigem Progress bleiben muss, um nicht zu sterben. Dass das physische und geistige Leben des Menschen mit der Natur zusammenhängt, hat keinen anderen Sinn, als dass die Natur mit sich selbst zusammenhängt, denn der Mensch ist ein Teil der Natur“ (ebenda, 80).

Mittler zwischen dem äußeren „unorganischen Leib“ und seiner selbst sind seine Organe, die unmittelbaren wie die geistigen, die sich wiederum nur über den Austausch und die Auseinandersetzung mit der Natur und anderen Menschen entwickeln.

Menschliche Arbeit als produktive Aneignung der Natur ist also gleichzeitig gesellschaftliche Arbeit, in ihrer Elementarform entstanden in der Zeit des Tier-Mensch-Übergangsfeldes als gemeinschaftliche und tradierende Werkzeugherstellung, d.h. der Herstellung von Werkzeugen als verlängerter Organe der Menschen. Gesellschaftliche Arbeit ist so ein doppelter Prozess, in dem die Menschen sich in ihrer vergegenständlichenden Tätigkeit auf die Natur beziehen, gleichzeitig darin auch bestimmte Verhältnisse untereinander eingehen (vgl. Holzkamp 1978<sup>4</sup>, 129).

Wie Arbeit als ein solches Doppelverhältnis (Mensch - Natur und Mensch-Mensch) historisch die Form gesellschaftlicher Arbeit angenommen und weiterentwickelt hat, ist durch die vor- und frühgeschichtliche Forschung nachgezeichnet worden (vgl. Tjaden 1988, 8). Während für sämtliche vormenschlichen Lebensformen die Entwicklungslogik des Mutations-Selektions-Mechanismus bestimmend ist, entwickelt sich die Menschheit in einer Weise, die für Jäger und Sammler wie für Weltraumflüge gleichermaßen gilt: Entwicklung

durch gesellschaftliche Arbeit. In dieser gesellschaftlichen Form sind die Menschen in ihrer Arbeit den je zeitgenössischen Formen von Fremdbestimmung unterworfen: die Zwangsarbeit der asiatischen Produktionsweise (z.B. der ägyptische Pyramidenbau); die Sklaverei auf Landgütern (z.B. römischen Latifundien); die landwirtschaftliche Fronarbeit im Dienste der Feudalherren; die Arbeit des Handwerkers für den anonymen Markt und schließlich die Lohnarbeit kapitalistischer Verhältnisse. Arbeit hat insofern einen Doppelcharakter: zum einen als Umwandlung von Naturstoffen zu menschlichen Zwecken, zum anderen als historisch veränderliches gesellschaftliches Verhältnis.

Zusammenfassend lässt sich Arbeit in der heutigen Gesellschaft als ein Gefüge von innerbetrieblich und zwischenbetrieblich geteilten Produktions- und Dienstleistungstätigkeiten darstellen, das die durch eine kapitalistische Produktionsweise bestimmte ökonomische Form aufweist (s.u.). Zur Beurteilung der heutzutage propagierten „flexiblen Arbeitswelt“ spielt der Widerspruch zwischen der Nutzung der Ware Arbeitskraft im Sinn der einzelwirtschaftlich erfolgreichen Warenproduktion und den mit der Entwicklung der gesellschaftlichen Arbeit wachsenden Entwicklungspotentialen der einzelnen eine wichtige Rolle - Arbeit kann je nach Arbeitsverhältnis und Arbeitsbedingungen entwicklungsfördernd oder entwicklungshemmend sein, kann die Persönlichkeit und Gesundheit der Arbeitenden stärken oder schwächen (oder sogar alles gleichzeitig). Von daher sehe ich es als sinnvoll an, neben dem Aspekt der Arbeit als Umwandlung der Naturstoffe zu menschlichen Zwecken auch auf die aktuelle spezifische gesellschaftliche Form, in der dies geschieht, einzugehen. Denn wie zu Beginn der kapitalistischen Produktionsweise sind die Arbeitenden auch heute noch darauf angewiesen, ihre Arbeitskraft als Ware anzubieten, um dafür ein Äquivalent in Form von Lohn, Gehalt, Honorar, Prämien o.ä. zu erhalten.

### I.3.2 Menschliche Arbeitskraft als Ware

Der Ausgangspunkt der Transformation ungeheuren Ausmaßes<sup>20</sup>, die zur neuen industriellen Ordnung führte, war die Trennung der Arbeitskräfte von den Quellen ihres Lebensunterhalts. Produktion und Tausch waren nicht mehr in eine allumfassende und unteilbare Lebensform eingebunden. So war im 17. und 18. Jahrhundert das von Grund und Boden gewaltsam enteignete, verjagte und zum Vagabunden gemachte Landvolk „durch grotesk-terroristische Gesetze in eine dem System der Lohnarbeit notwendige Disziplin hineingepeitscht, gebrandmarkt, gefoltert“ worden (Marx 1973, 765). Eine derartige Disziplin hat sich nur über schmerzhaftes Umlernen und Gewöhnung von Generationen eingefleischt. Damit entstanden die Bedingungen, unter denen menschliche Arbeitskraft zur Ware werden konnte, zu einer Ware, die ihre Besitzer, die Arbeiter, „zu Märkte tragen“ und dort (auf dem Arbeitsmarkt) gegen Lohn verkaufen müssen.

Die Unternehmer, die diese besondere Ware kaufen, verfügen im Arbeitsprozess über die Ware Arbeitskraft: im Sinne der im Arbeitsvertrag festgelegten Tätigkeitsbandbreite und Arbeitszeit werden die Lohnabhängigen von den Betriebseignern in den produktionsnotwendigen Funktionen und für die abstrakten Zwecke der Geldverwertung eingesetzt.

Kauf und Verkauf der Arbeitskraft ist als Verhältnis von Warentauschenden zu betrachten. Als Gegenwert für den Verkauf ihrer Arbeitskraft bekommen die Lohnabhängigen Lohn, d.h. Geld zum Kauf von Waren zur Sicherung ihrer Existenz. Da Arbeitskraft nicht ohne die lebendige Leiblichkeit zu haben ist, muss ihr Besitzer die Fähigkeit zur disziplinierten „Verausgabung von Nerv, Hirn und Muskel“ als Gebrauchswertversprechen den interessierten Eignern der Fabriken bzw. Produktionsmittel anbieten. Der Körper darf dabei nicht ungesund, zu alt oder zu schwach erscheinen, nicht auf kurzfristigem Produktionsausfall hinweisen (z.B. Schwangerschaft). Er darf möglichst kein Zeichen von mangelnder Selbstdisziplin oder ungebührlicher Aufsässigkeit tragen, die ihn für den Käufer zum Risikofaktor machen würden. Die Drohung, jederzeit diesen Anforderungen nicht mehr

---

<sup>20</sup> „Der unmittelbare Produzent, der Arbeiter, konnte erst dann über seine Person verfügen, nachdem er aufgehört hatte, an die Scholle gefesselt und einer anderen Person leibeigen oder hörig zu sein. Um freier Verkäufer von Arbeitskraft zu werden, der seine Ware überall hinträgt, wo sie einen Markt findet, musste er ferner der Herrschaft der Zünfte, ihren Lehrlings- und Gesellenordnungen und hemmenden Arbeitsvorschriften entronnen sein. Somit erscheint die geschichtliche Bewegung, die die Produzenten in Lohnarbeiter verwandelt, einerseits als ihre Befreiung von Dienstbarkeit und Zunftzwang ; und diese Seite allein existiert für unsre bürgerlichen Geschichtsschreiber. Andererseits aber werden diese Neubefreiten erst Verkäufer ihrer selbst, nachdem ihnen alle ihre Produktionsmittel und alle durch die alten feudalen Einrichtungen gebotenen Garantien ihrer Existenz geraubt sind. Und die Geschichte dieser ihrer Expropriation ist in die Annalen der Menschheit eingeschrieben mit Zügen von Blut und Feuer“ (Marx 1973, 743 und weitere Ausführungen - S.802)

gerecht werden zu können, hängt immer wie ein Damoklesschwert über ihm. Da existenziell notwendig für ihren Lebensunterhalt, müssen die Lohnarbeiter ihre leibliche Arbeitskraft gleichzeitig auch schonen und vor frühzeitigem Verschleiß bewahren. Ob dies durch Leistungszurückhaltung, gewerkschaftliche Kämpfe um gesunde Arbeitsbedingungen oder durch Fitness fördernde Maßnahmen außerhalb der Arbeitszeit geschieht - sie tun dies als Warenbesitzer, die sich instrumentell, nutzungsorientiert zum eigenen Körper verhalten. „Die menschliche Grundproblematik, Leib zu sein und einen Körper zu haben, erhält durch die Verkaufszwänge des Arbeitsmarktes eine ganz spezifische Prägung, Fixierung in Richtung auf ein einseitig possessives, ängstlich-reflexives Körperverhältnis“ (Ottomeyer 1986, 246).

Die Selbstpräsentation, d.h. das Anbieten der eigenen Ware Arbeitskraft bei Vorstellungsgesprächen, unterliegt ebenfalls dem Verkäuferstandpunkt des Warentauschs: die Notwendigkeit, alle Schwächen, jedes Weich-Werden des Körpers möglichst zu verbergen, die Maske, den Bluff möglichst durchzuhalten, schlägt sich in schweigenden Gesten<sup>21</sup> nieder. So kann z.B. die Geste des Lächelns - anders als das Lachen, das eher einen Kontrollverlust der körperlichen Selbstregulation des Verhaltens bedeutet – dazu dienen, verspannte Situationen mit dem Flair der Leichtigkeit und Natürlichkeit zu überspielen. Ganz aktuell propagiert und praktiziert wird eine Geste, die ebenso als leibliche Maske und Panzerung dient: das im Pokern erlernbare Abblocken jeglicher Gefühlsäußerung durch ein Pokerface, um in der Konkurrenz, wenn es hart auf hart geht, die Karten der Persönlichkeit nicht mehr in den leiblichen Regungen spiegeln zu lassen.

### **I.3.3 Der arbeitende Mensch als Warenverkäufer**

Auf dem Warenmarkt treten sich die Individuen als Warenbesitzer gegenüber, die sich formell als gleiche und freie Individuen anerkennen. Warenbesitzer müssen beim Tausch ihrer gegen eine andere Ware zum je anderen notwendigerweise eine egoistisch instrumentelle Beziehung entwickeln. Als Individuen sind sich die am Handel Beteiligten gleichgültig, von Interesse ist der Gebrauchswert des Produkts des jeweils anderen zu einem möglichst günstigen Preis. Auf der Grundlage dieser gleichgültig-egoistischen, wechsel-

---

<sup>21</sup>Wulf definiert eine Geste als „eine Bewegung des Körpers, der bestimmte Intentionen zu Grunde liegen, ohne dass sich die Geste vollständig aus den Intentionen erklären ließe. Mit dem Vollzug der Geste werden Stimmungen, Empfindungen und Einstellungen erzeugt, wiederholt und zum Ausdruck gebracht, die Arbeit und ihre kontinuierliche Effektivierung ermöglichen“ (2000, 42).

seitigen Instrumentalisierung müssen jedoch Einfühlsamkeit und Nähe hergestellt werden, müssen die Gebrauchswertinteressen und/oder die individuellen Befindlichkeiten des anderen aufgegriffen werden, um das eigene Tauschinteresse durchzusetzen. In den entwickelten Formen des kapitalistischen Warenverkaufs nun tritt das Feilschen um den Preis zurück, da der Preis beim Verkauf schon feststeht (Festpreis), der verkaufende Warenbesitzer wird ersetzt durch den lohnabhängigen Verkäufer. Da diesem die Kompetenz über die Preisbildung entzogen ist, wird er zum Bestandteil bzw. Beförderer des Gebrauchswertversprechens, d.h. des Aufforderungscharakters der Waren. Die wichtigste Fertigkeit dabei ist das Verkaufsgespräch. Der Verkäufer entwickelt „eine abstrakte Fähigkeit des Verkaufens als solchen, entwickelt eine Verkaufspsychologie und eine spezifische Redefähigkeit, entwickelt in bestimmten Branchen einen Fundus von Geschichten, Beispielen, Witzen ('Verkäuferwitzen'), um die fremdbestimmten Ziele an Fremden zu erreichen“ (Haug 1980, 100). Im Verkaufsgespräch treten Innen und Außen, Denken und Sagen in Gegensatz zueinander, quasi „als sprachliche Austragungsform eines Interessengegensatzes“ (ebenda, 103). Inhaltlich geht es um den Besitzwechsel von Ware und Geld in der Form des Tauschs. Das Handeln im Sinne von Verhandeln geschieht mit dem Ziel, auf einen gemeinsamen Nenner von Willen und Gegenwillen zu kommen. Jeder der kommunizierenden Warenanbieter verinnerlicht dabei auf je besondere Weise den Gegensatz zum jeweils anderen. Jeder weiß um die Notwendigkeit an bestimmten Stellen zu schweigen, um sich keine Blöße zu geben und sich zu äußern, um sein Interesse durchzusetzen. Jeder weiß um den Gegensatz von Verschwiegenheit und Äußerung beim andern, weiß, dass der jeweils andere es seinerseits weiß. Dadurch kommen komplexe Überlagerungen zustande. „Die überlebensnotwendige kommunikative 'Hinter-Hältigkeit' wird zur zweiten Natur, die Individuen treten auf als 'geborene' Verkäufer oder Käufer, als 'Händlernaturen“ (ebenda 103f.). Die lebenswürdige Einfühlung und das spezifische Eingehen auf die Bedürfnisse des anderen auf Grundlage des egoistischen Vorteils kalküls bringt nicht nur eine spezifische Rollenhaftigkeit von Käufer Verkäufer und den Zweifel an ihrer Authentizität, sondern auch wechselseitiges Misstrauen und eine merkwürdige Doppelbödigkeit mit sich. Zwischenmenschliche bzw. zwischenleibliche Beziehungen werden so auch von den Erfahrungen als Warenverkäufer und -käufer geprägt.

### **I.3.4 Arbeit und zweckrationales Handeln**

Die Trennung produktiver Tätigkeiten von allen anderen Angelegenheiten des Lebens war die Voraussetzung dafür, dass körperliche und geistige Anstrengung zu einem „Ding“ gerinnen konnte, das man wie alle anderen Dinge behandeln konnte: handhaben, bewegen, mit anderen Dingen zusammenfügen oder von ihnen absondern konnte (vgl. Bauman 2003, 167).

In diesem Sinne wird dann auch zweckrational gehandelt:

1. Als ‘rational’ wird ein intellektuell verstandesmäßig geleitetes Erkennen, Urteilen, Entscheiden bezeichnet. Der Handelnde wird hier als denkendes Subjekt gefasst, wobei die Fähigkeit zum logischen abstrakten Denken als elaborierteste Form intellektueller Operationen und Intelligenz gilt.
2. ‘Zweck’ impliziert die Ausrichtung auf sachlich-nützliche Ziele. In zweckrationalem Handeln sollen Ziele auf rationale Art und Weise erreicht werden. Dies wiederum beinhaltet die Trennung von Handlungsplanung und -ausführung bzw. deren Nacheinander. Kennzeichnende Prinzipien: „erst denken, dann handeln“, und „Je besser die Planung, desto effizienter die Ausführung“.
3. Sinnliche Wahrnehmung und Körperlichkeit gelten eher als Element der sowohl nach- als auch untergeordneten Ausführung einer Handlung. Sinnliche Wahrnehmung wird zwar als notwendige Bedingung für verstandesmäßiges Erkennen und Beurteilen gesehen, nicht aber in einer eigenen Wertigkeit. Sie ist eher darauf zu richten, objektive, eindeutige und messbare Gegebenheiten zu registrieren und das subjektive Empfinden auszuschalten.
4. Für zweck-rationales Handeln ist eine affektneutrale, sachliche und distanzierte Beziehung zur Umwelt charakteristisch. Gegenstände wie Personen werden als Bedingung und Mittel zur Erreichung von Zielen betrachtet. Sie werden daher unter dem Aspekt fördernder oder hemmender Einflüsse, ihrer Nützlichkeit oder Verwendbarkeit gesehen. Anstelle zweckrationalem oder planmäßigem Handeln kann auch der Begriff instrumentelles Handeln verwandt werden (vgl. Böhle 1997, 27f.)

Welches die rationellsten Mittel zur Erreichung vorgegebener Zwecke sind, ist eine technische Frage, die sich nach dem ‘Prinzip des kleinsten Kraftmaßes’ (vgl. Weber 1956, 45) entscheidet. Technik materialisiert Zweckrationalität in Form instrumenteller Rationalität.

Gorz verdeutlicht die gemeinsame Wurzel der ökonomischen und der ‘kognitiv-instrumentellen’ Rationalität: „Diese Wurzel liegt in der (mathematischen) Formalisierung



des Denkens, die es durch seine Kodifizierung in technische Prozeduren gegen jede reflexive Selbstkorrektur und vor den Gewissheiten der gelebten Erfahrung abschottet. Die Technisierung, die Verdinglichung, die Monetarisierung haben in jener Technik des Denkens ihre kulturelle Wurzel, deren Operationen ohne Einbeziehung des Subjekts funktionieren - und deren abwesende Subjekte unfähig dazu sind, sich Rechenschaft vor sich selbst abzulegen (Gorz 1994, 256).

Am Beispiel des Begriffs „Wachstums“ als „höchstes Gut und Ziel“ zeigt Gorz, dass dessen Inhalt völlig gleichgültig ist: er kann nur den Grad anzeigen, die Wachstumsrate einen Fortschritt oder Rückschritt, ist normativ aufgeladen, nicht hinterfragbar und quasi ein verstecktes Werturteil a priori. "Ein und dasselbe quantitative Werturteil wird ohne Unterschied auf alle Ebenen angewandt und schließt überall in seinem Prinzip jede Idee der Begrenzung oder Selbstbegrenzung aus. Das quantitative Urteil als Ersatz eines rational begründeten Werturteils verleiht höchste moralische Sicherheit und intellektuellen Komfort; das Gute wird messbar und berechenbar; moralisches Urteil und moralische Entscheidung können aus der Anwendung eines objektiven, unpersönlichen quantifizierenden Rechenverfahrens abgeleitet werden und müssen nicht mehr vom Subjekt selbst in seiner Angst und Unsicherheit verantwortet werden“ (ebenda, 252).

Angewandt auf die Festlegung praktischer Verhaltensregeln beseitigte die Kunst der Berechnung „jedwede moralischen oder ästhetischen Kriterien aus dem Felde der entscheidungsrelevanten Überlegungen. Derart rationalisiert konnte die ökonomische Tätigkeit nun Verhalten und Beziehungen der Menschen steuern. ... Denn nun stellte sich nicht mehr die Frage, ob sein Verhalten gut oder schlecht war, sondern nur noch, ob es auf richtigen Berechnungen beruhte. Die ‘ökonomische Wissenschaft’ nahm als Richtschnur für Entscheidungen und Verhalten dem Subjekt die Verantwortung für sein Handeln ab. Es brauchte seine Entscheidungen nicht mehr selber zu fällen; denn diese Entscheidungen konnten ihm nicht mehr als Person zugeschrieben werden, sondern waren das Ergebnis eines strikt unpersönlichen Berechnungsverfahren, in dem die Intentionen des Subjekts (scheinbar) keinen Platz mehr fanden" (ebenda 253).

### **1.3.5 Arbeit und die Instrumentalisierung des Körpers**

Im Fortgang der kapitalistischen Produktion entwickelte sich eine Arbeiterschaft, die „aus Erziehung, Tradition, Gewohnheit die Anforderungen jener Produktionsweise als

selbstverständliche Naturgesetze anerkennt“ (Marx 1973, 765).

Orientiert an der kulturell vorherrschenden instrumentellen Rationalität (Horkheimer, Adorno) und am wissenschaftlich-technischen Fortschritt, hat sie die Gesetze der kapitalistischen Konkurrenzwirtschaft internalisiert und lässt sich infolgedessen auf den Arbeitszwang im Rahmen entfremdeter Verhältnisse ein. Mit der Geschichte der Modernisierung ändert sich die Einstellung zum Leib bzw. Körper (Elias 1997<sup>20</sup>): Waren im Mittelalter, d.h. in der Vormoderne, Affekt- und Triebkontrolle relativ gering, wird Selbstkontrolle und damit Körperdistanzierung und -disziplinierung, Gefühlskontrolle und Affektaufschub zur Voraussetzung eines wissenschaftlich-rationalen Natur- und Gesellschaftsverständnisses.

Untersucht man die Gesten der Arbeit, lassen sich einige mit dem instrumentellen Handeln übereinstimmende Charakteristiken entdecken:

- "- die zweckrationale Ausrichtung
- die Ökonomisierung der Zeit
- der Charakter der Anstrengung
- das Vertrauen in die Leistungsfähigkeit
- die Zuversicht in die Gestaltbarkeit der Welt und des Selbst“ (Wulf 2000, 43).

Die ökonomische Rationalität konnte in dem Maße zum Ausdruck kommen, wie es ihr die Zersetzung der traditionellen Ordnung erlaubte, sich von den äußeren Schranken und Selbstbeschränkungen zu befreien, die ihr die Gebräuche und Gebote der Religion auferlegten. Mit der Industrialisierung und der immer differenzierteren Arbeitsteilung verbreiteten sich Ende des 19./Anfang des 20. Jahrhunderts tayloristische Prinzipien der Arbeitsorganisation: die Teilung der Arbeit in planende, disponierende und kontrollierende Arbeitsgänge, Ein- und Verkaufstätigkeiten auf der einen und produzierende Tätigkeiten auf der anderen Seite. Auf diese Weise entstand eine Gruppe von besonderen Lohnarbeitern, den sog Angestellten, die vor, hinter und neben dem Produktionsprozess entsprechende Funktionen wahrnahmen.

Neben der Objektivierung des Wissens und der erworbenen Kenntnisse der Arbeiter und der entsprechenden Vergegenständlichung in Maschinen und Organisationsabläufen wurde es notwendig, kontrollierte und kontrollierbare Körper hervorzubringen - Körper, die sowohl der Instrumentalisierung durch den Betrieb im Sinne einer exakt berechenbaren Arbeitsleistung sowie der Unterordnung unter die technische und ökonomische Organisation

des Arbeitsprozesses zugänglich werden. Das mit der menschlichen Arbeitsfähigkeit verbundene Vermögen zur distanzierten und reflektierten, selbstbewussten Steuerung der Körperaktivität „erscheint im Vollzug der Lohnarbeit unter der ökonomischen Formbestimmtheit der Selbstinstrumentalisierung“ (Ottomeyer 1986, 247). Arbeiter wie Angestellte sind gehalten, ihren Körper instrumentell zu nutzen und sich gegenüber „störenden“, ablenkenden leiblichen Regungen zu desensibilisieren. (ebenda, 250). „Unterdrückt werden müssen die unbeherrschbaren, eigensinnigen menschlichen Potentiale, die das eigene Handeln unberechenbar werden lassen“ (Schachtner 1997, 11). Seit Mitte der 80er Jahre sind weitreichende Umbrüche in der Arbeitsorganisation der Betriebe zu verzeichnen, die vor allem eine Abkehr von tayloristischen Prinzipien beinhalten. Die Rationalisierung von Arbeit geht einher mit einer neuen Stufe der Unternehmenssteuerung, "bei der die autonome, eigenverantwortliche Selbststeuerung und -regulierung der Arbeitstätigkeit nach den Prinzipien des rationalen Handelns ins Zentrum rückt. ... Angesprochen sind damit Eigenschaften wie Entscheidungsfähigkeit, Selbststeuerung und Selbstorganisation wie auch Verantwortung und Interpretations- sowie Distanzierungsleistungen (vgl. Böhle 2003, 114).

### **1.3.6 Subjektivierung von Arbeit**

Die steigende Bedeutung des Subjekts wird in der industriesoziologischen Debatte unter „Subjektivierung von Arbeit“ gefasst: „einmal als wachsende Chance, ‘Subjektivität’ in den Arbeitsprozeß einzubringen und umzusetzen, zum anderen auch als doppelter Zwang, nämlich erstens, mit ‘subjektiven’ Beiträgen den Arbeitsprozess auch unter ‘entgrenzten’ Bedingungen im Sinne der Betriebsziele aufrecht zu erhalten, und zweitens, die eigene Arbeit viel mehr als bisher aktiv zu strukturieren, selbst zu rationalisieren und zu ‘verwerten’“ (Moldaschl, Voß 2002).

Diese Form von Subjektivierung scheint Subjektqualitäten zu erfordern, „die sich in ein Konzept von Arbeit als selbstgesteuertes zweckrationales Handeln einfügen“ (Böhle 2002, 114). Die neue Qualität besteht darin, dass dabei auch bisher nicht objektivierbare Gefühle, subjektive Empfindungen, Phantasie etc. für eine rationale Nutzung verfügbar gemacht werden sollen (ebenda, 115).

### **I.3.6.1 Selbstökonomisierung als neue Form der Verwertung von Arbeitskraft**

In Anlehnung an die Marxsche Werttheorie differenzieren Jurczyk, Voß drei fundamentale Handlungsqualitäten der Ware Arbeitskraft:

- „1. die Steuerung der Verausgabung der konkreten gebrauchswertschaffenden Qualität von Arbeitskraft in der praktischen Arbeitstätigkeit;
2. die Formung und Verwertung der abstrakt ökonomischen Qualität von Arbeitskraft als Basis der Sicherung des notwendigen Gelderwerbs der Person;
3. die notwendige Bindung von Arbeitskraft an eine körperliche Person als Träger der lebendigen Qualität jeglichen Arbeitsvermögens und damit unausweichlich an deren alltäglichen Lebens- und Sozialzusammenhang“ (Jurczyk, Voß 2000, 167).

Die „Sache“, d.h. Produkte herzustellen und auf dem Markt verkaufen zu können, ist widersprüchlich bestimmt: zum einen durch den Gebrauchswert-Aspekt (alle Fragen der Funktionalität, Qualität und Nützlichkeit des Produktes oder der Dienstleistung), zum anderen durch den Verwertungs-Aspekt (alle Fragen von Kosten, realisierbarem Preis und Profit). Beide Aspekte gelten nun als gemeinsame Sache aller Individuen eines Unternehmens bzw. den extern agierenden Einzelunternehmungen.

Im Arbeitshandeln müssen die einzelnen folgenden unterschiedlichen Perspektiven auf ihre Arbeit sowie auf die eigene Arbeitskraft einnehmen und miteinander in Einklang bringen:

- auf Produkt (Haltbarkeit, Qualität, Kundenfreundlichkeit etc.) und Arbeitsorganisation (flüssiger Arbeitsablauf, Vermeidung von Stillstandszeiten, kurze Wege etc.)
- auf Kosten-/Nutzen- und Gewinnspekt des Unternehmens (Verwertungsperspektive)
- auf das berufliche Ich als Ressource, zuständig für qualitativ gute Arbeit
- auf das Ich als Selbst-Manager (Selbstverwertungsperspektive).

#### **I.3.6.1.1 Arbeitshandeln bezogen auf Produkt und Arbeitsorganisation**

Mit wachsender Unbestimmbarkeit des zeitlichen Rahmens der Arbeit zeigen sich Tendenzen zunehmender zeitlicher Selbstkontrolle. Die zu Zeiten des alten Produktionsmodells mehr oder weniger detailliert von außen vorstrukturierten und kontrollierten Arbeitsvollzüge (kleinteilige zeitliche Kontrolle der Arbeit auf Basis von feinmaschigen Zeitmethoden und getakteten technischen Anlagen) werden dysfunktional. Die Bewältigung von Unregelmäßigkeiten und Störungen der teuren Maschinenkomplexe und die Gewährleistung ihres reibungslosen Funktionierens verlangt eine

Handlungsfähigkeit, die „ständig zwischen einer kontinuierlich-verlangsamen-passiven Grundaufmerksamkeit und raschem-konzentriert-beschleunigten Eingreifen“ (Jurczyk, Voß 2000, 172) pendeln kann. Wenn Zeitmodi und Tempi in rascher und oft unkontrollierbarer Abfolge wechseln, können übergeordnete Kontroll- und Anweisungsinstanzen nicht mehr schnell genug reagieren. Die Arbeitenden sind gehalten, in eigener Verantwortung jeweilig angemessen zu handeln. Präzise und durchkalkulierte zeitliche Planung wird abgelöst durch ein flexibles Zeitgeschick bzw. „die zeitliche Offenheit und Flexibilität für stochastisch<sup>22</sup> auftretende Anforderungen“ (Böhle 1999, 21). Die Bewältigung von Unvorhersehbarem wird zur Normalität. Intensität und Umfang eines derartigen Arbeitshandelns ist zwar je nach Arbeitssituation und Arbeitszeitform unterschiedlich, dennoch wird inzwischen auch von qualifizierten Arbeitern und einfachen Angestellten erwartet, dass sie ihre Arbeit zeitlich selbst „managen“, d.h. Arbeitskraft in Arbeitsleistung transformieren (vgl. Jurczyk, Voß 2000, 173).

#### **1.3.6.1.2 Arbeitshandeln unter Kosten-/Nutzen- und Gewinnspekten**

Den „unternehmerischen Angestellten“ unterscheidet nach Franzpötter vor allem die verwertungsorientierte Sichtweise vom abhängig beschäftigten Mitarbeiter traditionellen Typs:

- „- hohe Wagnisbereitschaft (z.B. zur Übernahme von Unternehmensrisiken auch finanzieller Art),
- hohes Potential zur Identifizierung von unternehmensstrategischen Problemen,
- ausgeprägter Wille zur Durchsetzung und strategischen Vermittlung von Problemlösungen (‘Innovationskompetenz’),
- ergebnisorientierte Arbeits- und Kooperationsweisen sowie hohe Zurechenbarkeit von individuellen Leistungen,
- hohe Identifikation mit dem Unternehmens-, Abteilungs- und Teamerfolg,
- Ausrichtung des Entgelts an der Leistung,
- eigene Spielräume zur Entwicklung neuer Produktideen und zur Erreichung von Unternehmenszielen sowie hohe ‘Kundenorientierung sowohl nach außen als auch nach innen“ (2000, 169).

---

<sup>22</sup> stochastisch: aus dem Griechischen: „stochastikos“, d.h. „im Erraten geschickt“. Heutige Bedeutung: dem Zufall unterworfen, ihn betreffend, von ihm abhängig; auf Automaten bezogen, deren Verhalten nicht genau vorhersagbar ist, sondern auf einer gewissen Wahrscheinlichkeit beruht (vgl. dtv-Fremdwörterlexikon, München, 2000<sup>2</sup>).

Wichtig sei vor allem, neue Wertquellen zu erschließen, die produktive Unruhe und stimulierende Diskontinuitäten in den ökonomischen Routineabläufen mit sich bringe, und kreatives Kombinieren von vorhandenen Möglichkeiten, um neue Marktchancen („*Opportunities*“) zu erschließen (vgl. ebenda). Dabei wird Zeit „immer mehr zum Mechanismus gezielter Effizienzbeurteilung und Effizienzsteigerung des gesamten erwerbsbezogenen Handelns der Betroffenen“ (Jurczyk, Voß 2000, 177). Die Kriterien des Erfolgs werden durch die Organisationen erst im Nachhinein spezifiziert, wenn externe oder interne Märkte darüber entscheiden. Insofern müssen postmoderne ArbeitnehmerInnen ins Ungewisse hinein handeln, bzw. auch die Risiken unternehmerischen Handelns werden ihnen zusammen mit dem Transformationsproblem durch die Betriebe weitergereicht (vgl. Holtgrewe 2003, 28).

#### **I.3.6.1.3 Das berufliche Ich als Ressource**

Mit dem Übergang von betrieblicher Fremdkontrolle zu verstärkter Selbstkontrolle ändert sich nicht nur der Bezug zur Arbeit sondern auch das Verhältnis zur eigenen Arbeitskraft: „Aus einem bisher in der Regel nur in spezifischen und begrenzten Situationen und eher reaktiv auf dem Arbeitsmarkt agierenden Träger der ‘Ware Arbeitskraft’ ... wird nun ... ein Akteur, der sein einziges zur Subsistenzsicherung nutzbares ‘Vermögen’ (das Vermögen zu arbeiten) kontinuierlich und gezielt auf eine potentielle wirtschaftliche Nutzung hin entwickelt und aktiv verwertet - sowohl auf dem überbetrieblichen Arbeitsmarkt wie auch zunehmend innerhalb von ... betrieblichen Arbeitsbeziehungen“ (Jurczyk, Voß 2000, 172). Mit der „Entfaltung der marktgängigen Falten der Subjektivität“ werden vor allem Kompetenzen erweitert, die das „Wie“ der rationellen Steuerung und Beurteilung des eigenen Handelns umfasst, d.h. bestimmte Arbeitsschritte in Ziel/Mittel-Relationen zu vollziehen. Dazu gehört auch die Kontrollier- und Überprüfbarkeit des eigenen Handelns und seiner Ergebnisse.

Im Zusammenhang mit dem grenzüberschreitenden Charakter von Teams und Netzen gehören neben der Beherrschung der Sprache auch charakterliche Eigenschaften einer Person zu wichtigen Kompetenzen, die in der älteren Arbeitskultur bei weitem nicht so positiv bewertet wurden: Offenheit, Selbstkontrolle, Ansprechbarkeit, Ausgeglichenheit oder sicheres Auftreten. Einsatzbereitschaft und Anpassungsfähigkeit dienen ebenfalls als Selektionskriterien. Diese Kompetenzen entsprechen einer Flexibilitätslogik, nach der nacheinander in verschiedenen Aufgabenfeldern und an unterschiedlichen Arbeitsplätzen

Verpflichtungen eingegangen und wieder gelöst werden (vgl. Boltanski, Chiapello 2006, 291).

Waren Phasen der inhaltlichen Qualifizierung bisher zeitlich begrenzt und unter lernförderlichen Bedingungen möglich, wird inzwischen lebenslange Aus- und Weiterbildung möglichst parallel zur Arbeit (in Zeiträumen, „on the job“ oder privat) notwendig. „Erholung oder gar eine nicht unmittelbar der jeweiligen Tätigkeit dienende (aber vielleicht langfristig für die eigene ‘employability’ entscheidende)

Persönlichkeitsentwicklung und -entfaltung haben immer weniger feste, gesicherte und entspannte Zeiträume. Auch diese anderen Interessen und Notwendigkeiten müssen zunehmend mit effizienzorientiertem Zeitmanagement arrangiert werden und finden in kompliziert eingerichteten oder situativ genutzten Zeitreservaten selbst kürzesten Umfangs statt“ (Jurczyk, Voß 2000, 178). Regeneration (zumindest für kinderlose Arbeitskraft-unternehmer) findet nicht mehr zu festen Zeiträumen statt, sondern dann, wenn der betriebliche Prozess es erlaubt: man entspannt und erholt sich, wenn gerade weniger los ist (ob im Tages-, Wochen- oder Jahreszyklus) und „klotzt ran“, wenn es „brennt“, ohne Rücksicht auf Zeitansprüche, Tarifordnungen, tradierte Zeitinstitutionen, familiäre Zyklen und die eigene Gesundheit. Ein Wesensmerkmal entgrenzter Arbeit ist die Infragestellung beruflicher Qualifikationen. So schildert eine Projektleiterin bei IBM ihre Schwierigkeit, Qualitätsbewusstsein und Zeitdruck miteinander zu vereinbaren:

*„Unabhängig von der Frage, ob durchschnittlich 9 Stunden Tagesarbeitszeit besonders viel sind, stellt sich heraus: Die Situation ist nun beinahe unerträglich geworden. Eine grundsätzliche Entlastung ist jedoch nicht in Sicht. Im Gegenteil steigt der Druck noch dadurch, dass ich inzwischen (notgedrungen) so viele Dinge vernachlässigt habe, dass ich nun Angst haben muss, die Kontrolle über mein Projekt zu verlieren. Mich regiert blanke Angst ... Beinahe am stärksten ist die Angst, man könnte mir größere Versäumnisse und Unfähigkeit vorwerfen, die ich nicht von der Hand weisen könnte. Wenn das dann noch mit dem Vorwurf gekoppelt ist, ich hätte Projekte zum Scheitern gebracht, die wirtschaftlich und/oder prestigemäßig entscheidend sind, ist das schier unerträglich. Hier leiste ich mir wohl noch den Luxus eines übersteigerten Selbstbildes. Solche Vorwürfe würden meinen Selbstwert erschüttern. ...*

*Wichtig erscheint mir neben der Angst auch so etwas wie Verantwortungsbewusstsein. Ich habe ein starkes Empfinden für das, was vernünftige Arbeit ist, was akzeptabel und was inakzeptabel ist, und dafür wie Produkte beschaffen sein sollen. Diese Normen haben für mich etwas mit Selbstachtung und Würde zu tun. Sie sind mir ein Bedürfnis. ...*

*Jenseits dieses Verantwortungsbewusstseins gab es früher den Traum von Exzellenz - davon, etwas ganz besonders Großartiges, Herausragendes leisten zu können. Das war eine Zeitlang eine starke Motivation für meine Arbeit. Inzwischen erscheint mir dieses Begehren sehr absurd, albern, nebensächlich. ... (in: Glißmann, 1999, 39f.)*

Wenn berufliche Identität nicht mehr eindeutig inhaltlich zu bestimmen ist, d.h. nicht mehr ausschließlich an die Ausübung eines einmal erlernten Berufs geknüpft ist, scheint Flexibilität als Fähigkeit, sich auf unbekannte Situationen einzustellen, sich unberechenbaren Entwicklungen gegenüber kompetent zu verhalten, etc. ein neues Moment beruflicher Kompetenz und Identität zu werden. Demnach bleiben zwar nach wie vor Inhalte wichtig, entscheidender aber ist, in der Lage zu sein, sich beliebige andere Wissensinhalte oder praktische Fähigkeiten selbst aneignen zu können (vgl. Buchinger 2000, 386). Sobald allerdings der Druck wächst und möglicherweise die Inhalte bzw. Produkte darunter leiden, wird auch der eigene Anspruch in Frage gestellt. Mit einem Selbstverständnis, sich als flexibler Berufstätige(r) unabhängig von der Profession zu erleben, kann allerdings zunehmend der Gegenpol einer Stabilität durch inhaltliche Professionalität abhanden kommen. Für die persönliche Identität spielt wiederum das Verhältnis von Flexibilität und Stabilität eine wesentliche Rolle, wobei Flexibilität nur auf der Basis von Stabilität möglich ist und ohne letztere bloße Haltlosigkeit bedeutet (vgl. ebenda, 287).

#### **1.3.6.1.4 Das Ich als Selbst-Manager**

Mit der Durchsetzung des neuen Arbeitskrafttypus werden die Berufstätigen gezwungen, die eigene inhaltliche Arbeitsfähigkeit zu entwickeln und zu erhalten sowie fortlaufend unter stets wechselnden Bedingungen und verstärkter Konkurrenz auch für die Verkaufsfähigkeit seiner selbst zu sorgen. Man kann sich nicht darauf ausruhen, seine Arbeit gut zu machen, sondern muss kontinuierlich nachweisen, dass man gebraucht wird und dass die eigene Arbeit profitabel ist.: „Nur wenn Arbeitskräfte regelmäßig in eigener Regie ihr gesamtes Fähigkeitenpotential gezielt aufbauen und kontinuierlich systematisch kultivieren sowie durchgehend mit aufwendigem Selbstmarketing dafür sorgen, dass die eigene Arbeitskraft von betrieblichen Nutzern nachgefragt, gekauft sowie dann betrieblich möglichst im Sinne der Betriebsziele genutzt wird, können sie zukünftig ihren Erwerb und damit ihre Existenz angemessen sichern“ (Jurczyk, Voß 2000, 176f.).

So wird neben der gebrauchswertbezogenen Seite der Arbeitskraft auch ihre verwertungsbezogene Seite, sprich, die eigene Vermarktung, zeitlich entgrenzt: „Arbeitskraft-unternehmer verkaufen sich ständig: sie müssen kontinuierlich mit dem Arbeitsmarkt ‘Kontakt halten’, um ja keine Gelegenheit für mögliche neue Aufträge bzw. Beschäftigungsverhältnisse zu verpassen oder auch nur, um ihren ‘Marktwert zu testen’ und müssen jede sich bietende Chance nutzen, um an ihrem ‘Marketing’ (im Betrieb oder auch in Richtung



auf neue Beschäftigungsmöglichkeiten) zu arbeiten. Hat man neben seiner Anstellung noch andere 'Jobs', kombiniert man gar Einzelaufträge als Selbständiger mit Teilzeittätigkeiten und Zeitverträgen oder jongliert als 'Portfolio-Arbeiter (Gross 1992, 1995) mit mehreren Tätigkeiten, so ist der Verkauf des Arbeitsvermögens ein unendlicher, zeitlich hoch verdichteter und temporal höchst aufwendiger Prozess“ (Jurczyk, Voß 2000, 178f.). Dennoch „tritt auch hier der Arbeitende primär nur als 'gespaltenes Subjekt' in Erscheinung“ (vgl. Böhle 1997, 29). So wird er zwar als 'autonome, selbstverantwortliche Subjekt' angesprochen, dennoch gilt Subjektivität, soweit diese Empfindungen, Erleben, Fühlen u.a. umfasst, lediglich als Voraussetzung und Rahmenbedingung für das Arbeitshandeln.

Für die sachgemäße Planung und Durchführung der Arbeitstätigkeit selbst und speziell für den Umgang mit technischen Arbeitsmitteln gelten die Prinzipien zweckrationalen Handelns als maßgeblich. Je komplexer die technischen Systeme, desto mehr wird gerade bei qualifizierten und verantwortungsvollen Tätigkeiten ein technisch wissenschaftlich geleitetes Arbeitshandeln und Verhalten gefordert (vgl. Böhle 1997, 29f.). Ein derartiges Handeln wird von Böhle auch als "objektivierendes Handeln" bezeichnet (Böhle/Rose 1992, 32f.).

Die nicht-rationalen Seiten der Subjekte wie Gefühle, subjektives Empfinden, Erleben etc. sind nur subjektiv bedeutsam. D.h., wenn die Empfindung eines Gegenstands im betrieblichen Ablauf angenehm oder unangenehm ist, kann diese Wahrnehmung nichts über die subjektunabhängigen objektiven Eigenschaften des Gegenstands aussagen (im Unterschied zur Beschreibung eines Gegenstandes durch seine messbare Größe, das Gewicht, die geometrische Form etc.). Es gelten nur solche Aspekte, die sich nach objektiven Kriterien allgemein gültig und subjektunabhängig bestimmen lassen und nachvollziehbar sind (vgl. Böhle 1997, 30).

Auch der Computertechnik „entspricht ein informations- und systemtheoretischer Technikbegriff, demzufolge technische System durch formale Operationsschemata festgelegt werden, die die stoffliche, energetische und informationelle Transformation von gegebenen Inputs in gewünschte *outputs* eindeutig regeln“ (Schachtner 1997, 7).

### I.3.6.2 Arbeit als subjektivierendes Handeln

Untersuchungen aus dem Bereich der industriell organisierten Arbeit und dort speziell der Bearbeitung und Herstellung von Gegenständen widersprechen allerdings einer derart formulierten Perspektive (vgl. Böhle 2003, PAQ 1987). So verlangen z.B. die Tätigkeiten von Anlagenfahrern zur Erkennung und Behebung von Planungs- und Konstruktionsmängeln und Störungen ein signifikant anderes als das sog. "objektivierende Handeln". Während dieses "durch sachlich-distanzierte Beziehung, durch definierte und messbare Informationen, theoretische Kenntnisse und logisch-formales Denken sowie planmäßiges Vorgehen" charakterisiert ist, erfordert die Praxis "subjektivierendes Handeln". Charakteristisch dafür sind:

- eine mehrere Sinne und Bewegungen des Körpers einbeziehende *sinnliche Wahrnehmung*, die nicht nur eindeutig und exakt messbare Informationen erfasst. Sie ist auch nicht vom subjektiven Empfinden abgelöst, sondern vielmehr ist das Gefühl ein wichtiger Indikator für die Beurteilung des sinnlich Wahrgenommenen. Gefordert ist eine differenzierte und komplexe sinnliche Wahrnehmungsfähigkeit, eine „Intelligenz der Sinne“;
- *wahrnehmungs- und verhaltensnahe Formen menschlichen Denkens*, wodurch Ereignisse nicht nur begrifflich, sondern auch als Bilder, Vorstellungen, Bewegungsabläufe im leiblichen Gedächtnis präsent sind. Assoziatives Denken, subjektive Eingebundenheit und Gefühle sind dabei notwendiger Bestandteil. Anschauliches Denken ist nicht eine dem logisch-formalen Denken vor- oder untergeordnete Denkform sondern eine eigenständige mentale Leistung;
- *dialogisch interaktiver oder explorativer Umgang mit Gegenständen und Personen*: ein Ziel zu erreichen wird nicht von vornherein geplant, sondern im und durch das praktische Handeln selbst entwickelt, d.h. es bedarf Vorgehensweisen, bei denen weder einseitig agiert noch reagiert wird, sondern Planung und Ausführung miteinander verschränkt sind, und zwar auf Grundlage eher diffuser Vorstellungen über ein zu erreichendes Ziel;
- *subjektive Nähe und sympathetische Verbundenheit*: Wahrnehmen und Erkennen geschehen nicht über eine distanzierte Analyse, sondern über den Weg der Transformation 'äußerer' Gegebenheiten in leiblich-sinnliches und gefühlsmäßiges Erleben. Eine solche Beziehung zur Umwelt beruht darauf, dass nicht nur Personen, sondern auch materielle ebenso wie ideelle Gegebenheiten wie 'Subjekte' wahrgenommen und behandelt werden" (Böhle/Rose 1997, 32ff.).

Dies setzt voraus, auf die Einschätzung von Verhalten durch festliegende Regel- und Gesetzmäßigkeiten sowie auf Beherrschung, Manipulation und instrumentelle Nutzung zu verzichten, und offen zu sein für Personen (was diese wollen) und Gegenstände (was in ihnen angelegt ist). Es kommt darauf an, Nützlichkeit und Verwendbarkeit nicht primär aus der Perspektive vorgegebener Ziele zu betrachten, sondern umgekehrt, ausgehend von den in ihnen angelegten Potentialen 'Verwendungsmöglichkeiten' zu eruieren und Ziele zu definieren“ (vgl. Böhle 1997, 35f.).

Die hierzu vorliegenden Untersuchungen (vgl. Böhle 2003, 118) stellen die grundsätzliche Überlegenheit einer rationalen, auf Objektivierung beruhenden Ausrichtung des Arbeitshandelns in Frage. Aus ihren Ergebnissen wird deutlich, dass die Unverzichtbarkeit und Stärke menschlichen Arbeitsvermögens – gerade angesichts fortschreitender Technisierung – vor allem in der Fähigkeit des 'sowohl-als-auch' liegt, d.h. der Verbindung von einem objektivierenden und subjektivierenden Handeln und in dessen wechselseitiger Verschränkung.

Ob "subjektivierendes Handeln" im oben beschriebenen Subjektivierungsprozess wiederum tatsächlich realisierbar wird, erscheint Böhle allerdings als fraglich: Denn obwohl bei Tätigkeiten in den neuen Betriebs- und Organisationsformen die Anforderungen „unbestimmt“ sind (wechselnde Teams, Flexibilität, hoher Handlungs- und Entscheidungsspielraum etc.), werden durch die „indirekte Steuerung“ oder „Kontextsteuerung“ (Moldaschl, Schultz-Wild 1994) eher abstrakte, ökonomische oder technische Erfordernisse, Ziele oder Eckdaten vorgegeben. Die "Intelligenz der Sinne" soll zwar genutzt werden, wird aber überlagert durch abstrakte Zwecke.

Damit wird ein Prozess in Gang gesetzt, bei dem – auch aus der Perspektive der Arbeitenden selbst - nur mehr das Geltung erlangt, was sich objektiv und rational begründen lässt. Entscheidend ist dabei, dass auf diese Weise das eigene Arbeitshandeln als eine immanente Konsequenz der herrschenden Logik sich an den Sachnotwendigkeiten des als interessenneutral angesehenen Marktes orientiert und sich damit selbstgesteuert an die „objektiven“ Gegebenheiten anpasst (vgl. Böhle 2003, 125f.). Auf dieser Grundlage erfolgt mit dem Wandel der Steuerung auch ein Wandel der Ergebniskontrolle des Arbeitshandelns. Entscheidend dafür sind seine Transparenz und Dokumentation, nicht nur ergebnis- sondern auch prozessbezogen. Grundsätzlich besteht so die Möglichkeit, ex post Fehlhandlungen aufzudecken und zu sanktionieren. So können sowohl Qualitätsstandards überprüft als auch der je individuelle Beitrag an einem Gesamtergebnis identifizierbar gemacht werden.

Neuerdings werden als Elemente subjektivierenden Handelns allerdings auch Gefühle und Emotionen ebenso wie Identifikations- und Kommunikationsfähigkeit oder auch Kreativität sowie eigene Interessen und Bedürfnisse als verfügbare Ressourcen des Menschen entdeckt. Ein Beispiel dafür, wie Sinnesqualitäten einerseits notwendige Produktionsbedingung andererseits nur marktbezogen genutzt werden, ist die Strategie des In-Dienst-Nehmens der Gefühle.

### **1.3.6.3 In-Dienst-Nehmen der Gefühle beim Arbeiten**

Während im alten Produktionsmodell kontrollierte und kontrollierbare Körper zum Zwecke einer exakt berechenbaren Arbeitsleistung instrumentalisiert wurden, bei gleichzeitiger Unterdrückung alles Unbeherrschbaren, Eigensinnigen und Unberechenbaren (vgl. Schachtner 1997, 11), wird von den Erwerbstätigen heutzutage erwartet, alle Potentiale ihrer Leiblichkeit (zur Entfaltung der Leibphänomenologie siehe Kapitel IV.1) einzubringen. Zum Maßstab werden diejenigen, die bis an die Grenzen der Gesundheitsschädigung arbeiten. Obwohl die Antwort des Leibes auf die alltägliche Überforderung in diversen Befindlichkeitsstörungen und stressbedingten Krankheitssymptomen besteht, erbringen die genannten IBM-Beschäftigten Spitzenleistungen in ihrer Arbeit. Wenn sich jeder dazu gedrängt fühlt, alles Menschenmögliche zu tun, wenn Wut und Angst zur Arbeitssteigerung führen, wenn Stolz wichtige Motivation für maßloses Arbeiten ist, dann spielen die Gefühle bei den Leistungssteigerungen im neuen System eine ganz zentrale Rolle (Schmidt 2003, 3). Indem die Mitarbeiter zu 'Unternehmern im Unternehmen' werden, sind extreme Gefühlszustände nichts Nebensächliches, Äußerliches oder gar Unerwünschtes, sondern ein wesentliches Mittel, um die Beschäftigten in ihrem unternehmerischen Tun anzutreiben. Mit dem verinnerlichten Marktzwang werden die Gefühle der Mitarbeiter extrem beansprucht: „Ihr Arbeitsresultat ist ihre Einwirkung auf die Marktprozesse, die zugleich globale, betriebliche zwischenmenschliche und individuelle Prozesse sind. Sie arbeiten in und an einer neuen Totalität, die in der alten Arbeitsorganisation zumindest nicht sichtbar und unmittelbar fühlbar, wahrscheinlich jedoch auch nicht so weit fortgeschritten war. Die Totalität und Maßlosigkeit der Prozesse, denen ich mich subsumiere, ergreift mich. Sind Angst und schlechtes Gewissen Gefühle, die ich erlebe, wenn ich auf Äußerer, mir Fremdes, dem ich ausgeliefert bin, zu reagieren glaube, ist das High das Erleben meines eigenen Agierens, das identisch ist mit dem Prozess. Die Ekstase spiegelt wider, dass ich selbst

Ursache des ganz Großen bin, das in der Welt passiert: *Ich erleide den Prozess nicht, ich lebe ihn. Ich selbst bin der Prozess!*“ (Schmidt 2000, 25)

Sich gedrängt zu fühlen, „alles Menschenmögliche“ zu tun, um Umsatz zu machen, mit Wut und Angst die eigenen Leistungen zu steigern, aus Stolz maßlos weiter zu arbeiten - das Leibliche scheint in den Dienst des Zweckorientierten gestellt zu werden, ob beabsichtigt oder nicht. Je mehr die emotionale Dynamik die Beschäftigten ergreift, desto leistungsfähiger wird die neue Organisation. Leibliche Überbeanspruchung und gute Leistung schließen sich offenbar nicht aus. Derartige Verhaltensweisen sind durchaus bekannt, allerdings eher aus Extremsituationen, in denen es um's Überleben geht oder aus Situationen, in denen aus Überzeugung Extremleistungen möglich sind. Emotionen in diesem Sinne zu instrumentalisieren, scheint zu den neuen Managementstrategien zu gehören. Tatsächlich deutet vieles darauf hin, dass die extreme Beanspruchung der Gefühle in neuen Formen der Arbeitsorganisation nicht zufällig, kein unerwünschter Nebeneffekt, keine individuelle Pathologie ist. Sie ist vielmehr systematischer und beabsichtigter Effekt der indirekten Steuerung, die die unternehmerische Verantwortung an die Beschäftigten weiter gibt. So verlangt der US-amerikanische Arbeitspsychologe Hirschhorn – ganz im Sinne subjektivierenden Handelns – eine generelle Offenheit im Umgang mit fremden und eigenen Gefühlen als wichtige Indikatoren von das Unternehmen betreffenden Sachverhalten. Werden Ängste, Aggressionen und Unsicherheiten gegen das Unternehmen oder das Management gerichtet, bedarf es der Umlenkung dieser für das Unternehmen schädlichen Gefühle auf äußere Bedrohungen. Entsprechend entwickelte er eine „Unternehmenstherapie“ zur Schaffung „angemessener“ Gefühle und Objekte, aufbauend auf der Fähigkeit der Selbstwahrnehmung und Selbstreflexivität der Beschäftigten (vgl. Schmidt 2000, 26).

Den Unternehmen geht es darum, „Emotionale Intelligenz“ für Verwertungszwecke produktiv zu machen. Emotion als Leistungsbegriff zu fassen, bedeutet sie von Einzelpersonen zu lösen und zu verallgemeinern. Wichtig für erfolgreiches Handeln ist, Emotionen auf ein Ziel hin ausrichten zu können. Wem es gut gelingt, mit Angst oder Gereiztheit umzugehen, bleibt in entscheidenden Situationen entscheidungs-, arbeits- und leistungsfähig (vgl. Fasshauer 1999, 550ff.).

Mit Böhle (2003, 106) sehe ich wesentliche Momente der aktuellen Entwicklung in der „Entgrenzung von Zweckrationalität“ und „Selbstrationalisierung“ einerseits und der Nutzung „irrationaler“, z.B. gefühlsmäßiger, kreativer und kommunikativer Persönlichkeitsqualitäten andererseits. Inwieweit sich letztere Qualitäten auf der Ebene des sinnsuchenden Subjekts tatsächlich objektivieren lassen, ist offen.

### I.3.7 Arbeit und Sinn

Die Natur seines (selbst-)reflexiven Wesens enthebt den Menschen in keinem Augenblick der existenziellen Aufforderung, Situationen mit Sinn zu verstehen und entsprechend zu handeln. „Der Mensch ist verurteilt zum Sinn“ (Merleau-Ponty). Dabei geht es aber nicht um ausschließlich subjektbezogene, psychische, triebhafte oder emotionale Vorgänge und Bedürfnisse, sondern um die Beziehung zur Welt. Einerseits ist es „*das Leben selbst, das dem Menschen Fragen stellt*. Er hat nicht zu fragen, er ist vielmehr der vom Leben Befragte, der dem Leben zu *antworten* – *das Leben zu ver-antworten* hat. Die Antworten, die der Mensch gibt, können nur konkrete Antworten auf konkrete 'Lebensfragen' sein. In der Verantwortung des Daseins erfolgt eine Beantwortung, in der Existenz selbst 'vollzieht' der Mensch das Beantworten ihrer eigenen Fragen.“ (Frankl 1982, 72, zit. in: Längle 1985, 84, Hervorhebungen im Original). Andererseits entwirft sich das Leib-Subjekt zur Welt hin, misst sich den Dingen an und befragt sie. Sinn ist weder vorgängig in der Welt vorhanden, noch wird er allein vom Menschen gesetzt. In der Bewegung und insbesondere im Wechselspiel von „konkreter“ und „abstrakter“ Bewegung konstituiert sich der Sinn einer Handlung: „Vermittelt erstere den Zugang zu den 'erworbenen Welten' und damit zu den Sedimenten eines vorstrukturierten Bereichs, so schafft letztere 'eine hohle Zone der Reflexion und Subjektivität', in der das Neue möglich erscheint. In diesem dialektischen Wechselspiel ereignet sich sowohl das Welt-inne-sein als auch das 'Vermögen, in der gegebenen Welt Grenzen zu ziehen, Richtungen festzuhalten Kraftlinien abzuzeichnen, Perspektiven zu eröffnen'“ (Seewald 1992, 59f.). Sinn erscheint so gleichermaßen als vorgefunden wie neu geschaffen, wobei der Leib die Einheit im Wechsel herstellt. Der existenzielle Sinn von „Arbeit“ besteht darin, die vorgefundene Natur im Sinne der Lebenserhaltung umformen, d.h. neu schaffen zu müssen. In diesem Prozess verwandelt er in einem gesellschaftlichen Miteinander nicht nur die Welt bzw. die Natur, sondern auch sich selbst. Arbeit gilt somit als eine Tätigkeit, die immer im Hinblick auf irgendjemanden und irgend etwas unternommen wird. In der Arbeitstätigkeit transzendiert sich der einzelne – die Arbeit ist durchdrungen von einer Intention, von einem augenblicklichen, einzigartigen Sinn. So gesehen ist die Arbeitstätigkeit aus der Perspektive ihrer ontologischen Natur eine Art von Selbsttranszendenz. Aus diesem Grunde kann sie sinnstiftend sein: sie erweitert den Lebenshorizont, eröffnet neue Möglichkeiten des Werdens, der Persönlichkeitsentwicklung sowie der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Kurt Lewin charakterisiert Arbeit als „unentbehrliche Voraussetzung zum Leben, aber sie ist selbst noch nicht wirkliches Leben.

... Die Arbeit ist dem Menschen unentbehrlich in einem ganz anderen Sinne. Nicht weil die Notdurft des Lebens sie erzwingt, sondern weil das Leben ohne Arbeit hohl und halb ist. Auch vom Zwange der Arbeit befreit sucht jeder Mensch, der nicht krank oder alt ist, eine Arbeit, irgend ein Wirkungsfeld. Diese Fähigkeit, dem individuellen Leben Sinn und Gewicht zu geben, wohnt irgendwie jeder Arbeit inne, ob sie schwer oder leicht, abwechslungsreich oder monoton ist" (Lewin 1920, zit. in Ulich 1994, 18 f.).

Lohnabhängige in der fordistischen Produktionsweise können nach Gorz<sup>23</sup> "die Grenzen der ökonomischen Rationalität aber nur dann entdecken, wenn ihr Leben nicht völlig durch die Arbeit besetzt und ihr Geist nicht völlig von ihr beherrscht wird; mit anderen Worten, wenn ihnen ein genügend großer Raum an freier Zeit offen steht, um eine Sphäre nicht quantifizierbarer Werte zu entdecken: die Werte der 'Zeit zum Leben' und der existentiellen Souveränität. Je beherrschender umgekehrt die Arbeit durch ihre Intensität und Dauer ist, um so weniger ist der Arbeiter in der Lage, sein Leben als Selbstzweck und als Quelle aller Werte zu begreifen; und um so mehr wird er dazu neigen, es „zu Geld zu machen“ (Gorz 1994, 245f.).

Die Umformung der Natur als historische Naturnotwendigkeit mit Hilfe eines ontologischen Begriffs von „Arbeit“ wird allerdings auch in Frage gestellt. Unabhängig von jeder historischen Form notwendig zu sein und gleichzeitig aufhebenswert<sup>24</sup> zu sein, sind bereits bei Marx widersprüchliche Sichtweisen auf „Arbeit“ (Kurz 1995, 115ff.).

In der sozialwissenschaftlichen Diskussion werden immer wieder drei Aspekte betont:

1. Arbeit ist keine isolierte individuelle Tätigkeit, sondern eingebunden in eine

---

<sup>23</sup> Er fasst die Aussagen von Charly Boyadjian, Arbeiter in einer Schuhfabrik, folgendermaßen zusammen: „Die Arbeit diszipliniert und ordnet das Leben, sie schützt das Individuum vor dem Ruin der normativen Gewissheiten und vor der Verpflichtung sein Leben in die eigenen Hände zu nehmen. Sein Leben ist völlig vorgezeichnet, die 'Maloche' ist ein schützendes Gehäuse, 'alles ist für dich geregelt', die Frage nach Sinn und Zweck ist vorab gelöst: Weil es im Leben eines Arbeiters für nichts anderes Raum gibt als dafür, für Geld zu arbeiten, kann sein Zweck auch nur im Geld bestehen. In Ermangelung von Zeit zum Leben ist das Geld die einzige Kompensation für die verlorene Zeit, für das durch die Arbeit verdorbene Leben. Das Geld symbolisiert all das, was der Arbeiter nicht hat, nicht ist und aufgrund der Arbeitszwänge nicht kann. Darum kann auch diese Arbeit niemals *genug* bezahlt werden; aber aus demselben Grund muss das durch die Arbeit verdiente Geld von Anbeginn an wahrgenommen werden als *Wertvolleres* als das Leben, das man ihm opfern musste.“ (ebenda, 248, Hervorhebungen im Original)

<sup>24</sup> „Das Aufhebungsproblem auf der Basis eines ontologischen Arbeitsbegriffs, das sich auf den geschlechtshierarchisch strukturierten, warenlogisch immanenten Gegensatz von Gebrauchswert-Substanz ('ewig') und Form ('historisch') beschränkt, verzweigt sich seinerseits in zwei Argumentationsstränge. ... Einerseits würde eine von ihrer realabstrakten Form befreite Arbeit in der sozialistischen Zukunftsgesellschaft zur attraktiven Arbeit werden, zum positiven 'ersten Lebensbedürfnis'. ... Andererseits würde dort die 'Arbeit' als eine Art Residuum der 'Notwendigkeit' zurückbleiben, ... auf dem sich dann ein 'Reich der Freiheit' entfalten könne. Also hier keine positive, sondern eine negative Ontologie der Arbeit, nämlich die ewige Naturnotwendigkeit des psychischen und sozialen Leidensmoments an der Arbeitswelt, das reduziert, aber nicht aufgehoben werden kann“ (Kurz 1995, 116f.)

gesellschaftliche Arbeitsteilung. Die Arbeitenden insgesamt erhalten und verbessern die gemeinsamen Lebensbedingungen, der einzelne hat daran Anteil. Von der Verfügung und Kontrolle über diesen gesellschaftlichen Prozess und seine eigene Rolle ausgeschlossen zu sein, bedeutet daher, partiell von der Verfügung über die eigenen Lebensbedingungen ausgeschlossen zu sein.

2. Arbeit ist nicht das ganze Leben. Spielen, Feiern, Lieben, Genießen usw. gehören ebenso dazu. Es gibt Lebensbereiche, die nicht arbeitsförmig organisiert sind. Wie Arbeit und Arbeitsbedingungen erfahren werden, hängt auch davon ab, was vor und nach der Arbeit gemacht oder erlebt werden kann. Welche Relevanz die Arbeit im jeweiligen Lebenszusammenhang hat, ist nicht unabhängig davon, wie sich arbeitsfreie Zeit gestaltet, welche Möglichkeiten der Entfaltung sich dort bieten und ob ich das Zusammenspiel beider Lebenssphären selbst beeinflussen kann.<sup>25</sup>
3. Die jeweilige Bedeutung der Arbeit hängt ab von jeweiligen biografischen Gewordenheit, der Qualifikation, der Bezahlung, der gesundheitlichen Konstitution und dem Leben vor und außerhalb der Arbeit. So viele Menschen es gibt, so viele Meinungen gibt es darüber, was sinnvoll ist und was nicht. Wie die Arbeit, Arbeitsbedingungen etc. bewertet werden, hängt von dem ab, wie und mit welchen Bewertungsmustern die einzelnen ihre Arbeitssituation wahrnehmen. Dies ist aufgrund des Subjektbezugs einer solchen Bewertung notwendigerweise so. (vgl. Kuhn 2005, 164).

Arbeitstätigkeit kann als eine von vielen Möglichkeiten der Selbsttranszendenz gesehen werden. „Die Arbeit selbst ist also nichts; sie ist nur die Gelegenheit für etwas. Worauf es im Leben ankommt ist nicht die Arbeit selbst, sondern die Art, in der man schafft“ (Kovacs, 1985,96). Der ontologische Sinn der Arbeit prägt demnach die konkrete, einzigartige Sinnmöglichkeit nicht im voraus, bildet aber die Grundlage für die Verwirklichung eines individuellen Sinns.

Die Sinnhaftigkeit von Arbeit jenseits elementarer Beeinträchtigungen, wie sie noch für die alte Industriearbeit typisch waren, hängt nicht allein von den Arbeitsbedingungen ab, sondern von der ökonomischen Formbestimmtheit sowie von den jeweiligen subjektiven

---

<sup>25</sup> „Das Berufsleben bildet den Bereich der Rationalität schlechthin; deswegen unterscheidet es sich vom Privatleben, das demgegenüber den Bereich der Affektivität, der Suche nach Sinn und Ausdruck persönlicher Werte darstellt; zwischen diesen beiden Lebensaspekten verläuft eine undurchdringliche Scheidewand ...Jede Form der Einbeziehung des Persönlichen in das unternehmerische Urteil wird im Grunde als eine Gefahr des Übergriffs auf das Privatleben betrachtet. Ein solches Schema ... ist heute natürlich völlig obsolet. Der Entwurf einer unternehmerischen Zukunftsvision, die Konzeption einer Strategie, die Leitung von Arbeitsgruppen und die Errichtung von Bezeichnungsnetzwerken rufen Eigenschaften ab, die weit über die allein fachliche Kompetenz hinausgehen und die gesamte Persönlichkeit einbeziehen.“ (Landier 1991, in Boltanski 2005, 128)



Bilanzierungs- und Bewertungsprozessen.

Solange „Arbeit“ unter entfremdeten Verhältnissen (Sklaventum, Leibeigenschaft, Lohnarbeit) stattfindet, ist der Sinn, der in ihr gefunden wird, immer auch widersprüchlich. Einerseits bergen berufliche Tätigkeit und die damit verbundenen Anstrengungen vielfältige Möglichkeiten, um Werte und Sinn zu entdecken: sie lehrt Verantwortung und Selbstannahme. Sie bringt aus Unordnung Ordnung hervor und sie kann Sinnfülle wiedererwecken, wo das Gefühl der Sinnlosigkeit und Absurdität herrscht; sie ist ein Element der Sorge und des Sinns. Solange andererseits abhängig Beschäftigten- von wem auch immer - vorgegeben wird, worin der Sinn von Arbeit besteht, und die einzelnen somit partiell über die Verfügung ihrer Lebensbedingungen ausgeschlossen bleiben, scheinen mit Arbeit immer auch Formen der entwicklungshemmenden und gesundheitsschädigenden (Selbst-)Instrumentalisierung verbunden zu sein. Welche Rolle nun sinnerfüllte Arbeit verbunden mit anderen Einflussfaktoren für das Selbstverständnis und das Befinden der Berufstätigen in der heutigen Arbeitswelt spielt, soll anhand aktueller Forschungsergebnisse dargestellt werden.

### **1.3.8 Modelle „guter Arbeit“**

Theorien zur Erklärung gesundheitlicher Risiken in Betrieben und Instrumente für Gefährdungsanalysen beziehen sich implizit oder explizit auf Modelle guter Arbeit, die menschengerecht und gesundheitsförderlich ist. Zumeist wird vorausgesetzt, dass gesundheitsförderliche Arbeit gleichermaßen für die Beschäftigten zufrieden stellend und für die Unternehmen profitabel ist. So gehören zu den Kriterien "guter Arbeit"

- die Kopplung von Planung, Ausführung und Kontrolle von Tätigkeiten
- Entscheidungsfreiheit und Autonomie
- Wissen um den Kontext und die Bedeutung der eigenen Tätigkeit:
- Gelegenheit zu sozialem Kontakt und Kommunikation
- Möglichkeiten zum Lernen und zur Persönlichkeitsentwicklung
- Förderung von Kreativität und Initiative (vgl. Richter 2000, 54ff.).

Die vom Bundesministerium für Arbeit und Wirtschaft begründete "Initiative Neue Qualität der Arbeit" (INQA) hat 2006 die Ergebnisse einer Studie<sup>26</sup> veröffentlicht, die Erwartungen

---

<sup>26</sup> Um eine breite gesellschaftliche Debatte über die Qualität von Arbeit in Deutschland anzuregen, wurden Ende 2004 5.400 abhängig und selbständig Beschäftigte zu ihrer aktuellen Arbeits- und Lebenssituation befragt: Die schriftlich-postalische Umfrage, die auf einem 16-seitigen Fragebogen basiert, wurde durch das

bzw. Wünsche heutiger Erwerbstätiger zu wichtigen Aspekten guter Arbeit verglich mit den tatsächlichen Erfahrungen ihrer aktuellen Arbeitsbedingungen. Ziel war, daraus Ansatzpunkte für eine verbesserte Arbeitsgestaltung abzuleiten.

Aus der Perspektive der Erwerbstätigen wurden folgende Kernpunkte einer "guten Arbeit" übergreifend - d.h. von Männern und Frauen, in Ost- und Westdeutschland, von unterschiedlichen Altersgruppen, in verschiedensten Berufsbereichen und über alle Typen von Arbeitsqualität hinweg - genannt:

- ein festes verlässliches Einkommen zu erhalten
- unbefristet beschäftigt zu sein
- kreative Fähigkeiten in die Arbeit einbringen und entwickeln zu können
- einen Sinn in der Arbeit zu sehen
- Anerkennung zu bekommen
- soziale Beziehungen zu entwickeln und
- die Achtung bzw. der Schutz der Gesundheit.

Diese Ansprüche stimmen in wesentlichen Fragen überein mit den o.g. Kriterien der Arbeitswissenschaften. Bezogen auf die allenthalben vorangetriebene Flexibilisierung von Arbeit ist bemerkenswert, dass 72% bzw. 78% der Befragten meinen, dass der Einsatz von Zeitarbeit begrenzt bzw. die Befristung von Arbeitsverhältnissen grundsätzlich auf Ausnahmefälle beschränkt werden sollte. Leiharbeit und Befristungen wurden überwiegend auch von jenen Beschäftigten abgelehnt, die bislang nicht selbst mit diesen unsicheren Formen von Beschäftigung zu tun hatten (vgl. BAuA 2005, 8).

**Zunächst zum Ressourcenaspekt:** Faktoren, die in der Arbeit persönlichkeitsfördernd wirken, werden von den Arbeitswissenschaften "Ressourcen" genannt. Neben der Persönlichkeitsentwicklung wird ihnen auch eine Pufferwirkung bei gesundheitsgefährdenden Belastungen zugesprochen. Zentrale Aufgabe von Arbeitsgestaltung ist es, Entwicklungspotentiale in der Arbeit zu fördern. Was nun nehmen die befragten Arbeitnehmer aus dem arbeitsbezogenen Ressourcenspektrum wahr?

Die mit Abstand am häufigsten genannte Ressource (83%) ist die Unterstützung von Kolleginnen und Kollegen (Hilfe und Unterstützung, Anerkennung, konstruktive Kritik, gutes Arbeitsklima). Für 68% ist es wichtig, dass ihre Arbeit sinnvoll ist und sie durch

---

Internationale Institut für empirische Sozialökonomie (INIFES), das Forschungsteam Internationaler Arbeitsmarkt und TNS-Infratest Sozialforschung durchgeführt. Theoretische Basis der Studie sind die Annahmen und Ergebnisse der Belastungs-/Beanspruchungs- sowie der Stressforschung.

Arbeitsinhalt und Arbeitsergebnis positive Rückmeldungen bekommen. Danach folgt die Wertung eines auf soziale und fachliche Anerkennung und Unterstützung gerichteten Führungsstils. Hier berichtet allerdings nur noch jeder zweite (52%) über gute Erfahrungen. In allen anderen Arbeitsbereichen kann lediglich eine Minderheit von Arbeitnehmern positive Erfahrungen vermelden: 40% geben an, dass sie auf verschiedene Weise Einfluss auf ihre Arbeit nehmen können, 38% sehen Möglichkeiten für Kreativität und Abwechslung in der Arbeit und gerade noch 12% sehen für sich Entwicklungsmöglichkeiten im Arbeitsprozess und in der Betriebsorganisation. Rund 70% haben an entweder keiner oder ihrer Entwicklung nicht dienlichen Weiterbildungsmaßnahme im Betrieb teilgenommen (vgl. BAuA 2005, 14f.).

**Ein weiterer Aspekt sind die Fehlbeanspruchungen:** Hier wurde nach den Aspekten gefragt, die von den Beschäftigten als subjektiv belastend erlebt werden.

Arbeitsplatzunsicherheit und das Risiko ggf. keinen gleichwertigen Arbeitsplatz mehr zu finden, dominiert das gesamte Fehlbelastungsspektrum. Einseitige und körperlich schwere sowie zu komplexe Arbeit (mehrere Aufgaben gleichzeitig, länger andauernde Konzentration, hohe Genauigkeit, geringe Fehlertoleranz) werden fast gleichermaßen (48% bzw. 47%) als belastend erlebt. Daran schließen sich die Bereiche qualitative und quantitative Über- bzw. Unterforderung (39%), hohe Arbeitsintensität (37%) sowie emotionale Anforderungen (32%) an. Über das gesamte Spektrum zeigt sich eine sehr hohes Niveau von Fehlbeanspruchungen: 57% fühlen sich in 10 von 15 Bereichen ihrer Arbeit negativ belastet.

### **I.3.9 Fazit**

Arbeit wird immer dann als besonders zufrieden stellend bewertet und positiv erlebt, wenn sie erstens durch ein hohes Niveau von Entwicklungs-, Einfluss- und Lernmöglichkeiten sowie von guten sozialen Beziehungen geprägt ist, und zweitens den arbeitenden Menschen nicht über- oder fehlbeansprucht. Beides gehört zusammen: Wenn Arbeit zu sehr die Gesundheit belastet, kann dies auch durch noch so viele Entwicklungs- und Lernmöglichkeiten, kreative und soziale Potentiale nicht mehr ausgeglichen werden. Und umgekehrt ist eine Arbeit, die von den Erwerbstätigen zwar nicht als negative Belastung, aber auch nicht als anregend und förderlich beschrieben wird, auch weit entfernt von guter Arbeit. Drittens muss das Einkommen aus der Arbeit existenzsichernd sein und in einem als

gerecht empfundenen Verhältnis zur eigenen Leistung stehen. Je mehr es an diesen drei Einflussgrößen "guter Arbeit" mangelt, desto häufiger prägen Unzufriedenheit, Resignation und Frustration das Bild, das Beschäftigte von ihrer aktuellen Arbeit zeichnen.

Die ermutigenden Gemeinsamkeiten, die viele Beschäftigte als Vorstellung einer "guten Arbeit" haben, wird kontrastiert mit der geringen Verbreitung einer derartigen Arbeit: nur 3% der Befragten haben einen Arbeitsplatz, der den Kriterien Mindesteinkommen (2000 Euro brutto), geringes Niveau von Fehlbelastungen und hohe Verfügung über Ressourcen entspricht. 13% der Arbeitsplätze haben immerhin existenzsichernde Einkommen und Einfluss- und Entwicklungsmöglichkeiten sowie soziale Einbindung bei allerdings hohen Fehlbelastungen. 84% der Arbeitsplätze schließlich sind durch geringe Ressourcen und/oder durch hohe Fehlbelastungen und/oder durch ein zu geringes Einkommen gekennzeichnet. Diese Ergebnisse lassen deutlich werden, wie notwendig Initiativen sind, die sich einer neuen und besseren Qualität der Arbeit verpflichtet fühlen.

Bezogen auf den in dieser Arbeit diskutierten "flexiblen Menschen" bzw. auf diejenigen Beschäftigten, die direkt mit unternehmerischen Problemen konfrontiert werden, scheinen viele Elemente „guter Arbeit“ – entsprechend den arbeitswissenschaftlichen Konzepten wie auch den subjektiven Vorstellungen – verwirklicht zu sein: Freier als je können die „unselbständig Selbständigen“ über das wann, Wie, mit Wem, Wieviel entscheiden, solange sie unternehmerisch erfolgreich sind.

Allerdings kann aus dem Überblick über die Ergebnisse der INQA-Befragung zu subjektiven Kriterien "guter Arbeit" und zu den tatsächlichen Arbeitsbedingungen noch nicht abgeleitet werden, inwiefern "die deklarierte neue Autonomie möglicherweise ganz andere Effekte erzeugt als die ursprünglich mit den Konzepten vollständiger Tätigkeit und kollektiver Selbstregulation intendierten Wirkungen [...]. So stellt sich den Mitarbeitern in dieser Konstruktion womöglich die Frage, ob sie ihre Profitabilität nicht steigern können, wenn sie auf die eine Kollegin und den anderen Kollegen verzichten und dieselbe Arbeit mit weniger Menschen erledigen" (Ulich 2001, 535f.). Die neue Autonomie wendet sich unter den Bedingungen indirekter Steuerung gleichsam gegen die Beschäftigten selbst, indem Selbstmanagement verknüpft ist mit der Selbstökonomisierung der Individuen und der Teams.

Zu beantworten bleibt daher zunächst, was die Beschäftigten dazu bewegt, trotz offensichtlich gesundheitsbeeinträchtigender Wirkungen ihr gesamtes leibliches Arbeitsvermögen für fremde Ziele zu mobilisieren, wie sie sich im Spannungsverhältnis von Selbständigkeit und Unselbständigkeit, Selbstverantwortung und indirekter Macht bzw. Steuerung bewegen und ihre alltäglichen Paradoxien und Widersprüche lebbar machen.

Bevor ich im Kapitel III.4 auf den möglichen Zusammenhang postmoderner Arbeits- und Lebenswelt mit dem sich zunehmend verbreitenden Phänomen der Depression eingehe, werde ich daher zunächst das Problem von Fremdbestimmung und Autonomie in der Arbeit skizzieren.

## **I.4 Fremdbestimmung und Autonomie in der Arbeit**

Ob autonom oder fremdbestimmt oder beides gleichzeitig - unter den neuen Managementformen werden unter dieser Fragestellung Selbstverständnis und Handlungsfähigkeit, Zufriedenheit und Gesundheit der Arbeitenden in besonderer Weise tangiert. Voraussetzung für eine erfolgreiche unterstützende und begleitende Motologie ist, sich der Konstitutierung und der Konstitutionsbedingungen der inneren Widersprüchlichkeit der postmodernen Arbeitsmenschen bewusst zu sein.

Die Diskussionen um Arbeit, Organisation und Subjektivität bewegen sich seit den Marxschen Frühschriften zwischen den Polen der Entfremdung/Formierung und der Entfaltung der Subjektivität der Arbeitenden. Das unternehmerische Interesse an der Subjektivität der Arbeitenden ist nicht neu. Bereits in den "Psychotechniken" der 20er Jahre des vorigen Jahrhunderts (vgl. Rose 1990, Hinrichs 1981) wurden subjektive Fähigkeiten und Einstellungen für betriebliche Rationalisierungs- und Ökonomisierungsprozesse nutzbar gemacht, wurde versucht, „die Seele des Arbeiters“ zu gewinnen. Das Besondere daran ist, dass die einzelnen freiwillig das Gesollte zu ihrem eigenen Anliegen machen sollen, d.h. das Gesollte selbst wollen sollen.

Die Doppelseitigkeit des Arbeitsprozesses findet sich wieder in Begriffen wie "fremdbestimmte Selbstorganisation" (Voß/Pongratz 1998) oder "erzwungene Freiheit" (Peters, 1996). Darin steckt implizit die Annahme, dass jemand über jemanden anderes bestimmt, d.h. es geht um Fragen von Macht und Herrschaft. Macht tritt nicht mehr in Form von Personen sondern als Sachzwang des Marktes auf. Bei in sich widersprüchlichen Begriffen wie „fremdbestimmte Autonomie“ ist zu fragen, wie Macht in der Verschränkung mit den kulturellen Dispositionen und der subjektiven Handlungsfreiheit der einzelnen organisiert ist.

Welchen Charakter nun hat dieser Prozess - sind die Anforderungen den einzelnen Arbeitskraftunternehmern äußerlich, tritt ihnen die Forderung nach Selbstregulation als fremder Zwang entgegen, d.h. geht es um eine Anpassung an fremde Mechanismen, an ökonomische bzw. betriebliche „Sachzwänge“, die dann verinnerlicht und als Nicht-anders-Handeln-Können und „von innen“ kommend handlungsleitend werden? Oder entsteht in den neuen Arbeitsformen tatsächlich eine Befreiung vom "Gehäuse der Hörigkeit" (Weber), das neue Entfaltungsmöglichkeiten bietet? Um der Beantwortung dieser Fragen näher zu kommen, wird zunächst das Verhältnis von Unterdrückung/ Unterwerfung und Entfaltung

aus philosophischer Sicht begrifflich differenziert, um dann die aktuelle industriesoziologische Debatte<sup>27</sup> aufzugreifen. Diese versucht, die von vielen Autoren beschriebene Polarität und Gleichzeitigkeit von Entfaltung und Selbstunterordnung des neuen Arbeitnehmertypus im Prozess der Subjektivierung theoretisch zu fassen. In welcher Form die Macht des Faktischen (Marktes) wirkt und mit welchen Techniken das Subjekt sich selbst produziert und Macht verinnerlicht, soll dann anhand der von Foucault beschriebenen "Selbsttechniken" dargestellt werden - Methoden der Selbstoptimierung, die hier am Beispiel von Körperbewusstheit, Fitness und Wellness beschrieben und auf ihre Wirksamkeit hin diskutiert werden sollen.

#### **I.4.1 Unterdrückung, Unterwerfung und Entfaltung**

Mit Foucault unterscheidet Schmidt zwischen Unterdrückung (Repression) und Unterwerfung (Submission). Unterdrückt werden "Meinungen, indem man sie verbietet, ihre Äußerung unter Strafe stellt oder sonst wie verhindert, ausschließt. Bedürfnisse werden unterdrückt, indem man sie tabuisiert und ihnen die Befriedigungsmittel entzieht. Geistige und körperliche Kräfte zu unterdrücken, bedeutet, sie wenigstens an der Entfaltung zu hindern, sie zu fesseln, sie zu limitieren" (Schmidt 1995, 125). Unterwerfung hingegen heißt beispielsweise, geistige und körperliche Kräfte einem Zweck des Arbeitsprozesses zu unterwerfen, was aber eine Entfaltung, eine Steigerung, ein Wachsen und Entwickeln dieser Kräfte nicht nur nicht aus-, sondern einschließt. „Nur dass die Entfaltung der Kräfte zugleich einem Fixpunkt, einem Zweck untergeordnet wird und allein zählt, soweit sie auf ihn fixiert bleibt.“ „Emanzipation“ wurde vor allem als Befreiung von Unterdrückung im Rahmen der Entfesselungsmetaphorik gegen Unterdrückung beschrieben. „Unterwerfung“ hingegen ist mit der Entfesselung produktiver Kräfte, Begierden, Phantasien, Meinungsbildungsprozesse etc. durchaus vereinbar. Während Unterdrückung im Kern darin besteht, unabhängig von Art und Ausmaß das Selbstsein des Menschen, vor allem ihre Selbstbestimmung und Selbstverwirklichung praktisch zu negieren, tendiert Unterwerfung dazu, mit Selbstbestimmung durchaus verträglich zu sein. Auch Selbstunterdrückung oder Autorepression unterscheidet sich von Selbstunterwerfung, indem z.B. durch Strafexempel bei den ungeschoren gebliebenen Individuen konforme Selbststeuerungsaktivitäten ausgelöst werden, indem sie verbotene Handlungen im sog. vorausseilenden Gehorsam von sich aus unterlassen: „es will, dass es Bestimmtes nicht mehr will, es überwindet sich, gespornt und

---

<sup>27</sup>Einen hervorragenden Überblick über den Stand der Diskussion gibt Ursula Holtgrewe (2003).

gepeinigt von den Nattern des Gewissens“ (ebenda, 127). Unterstellt wird dabei ein noch vorhandenes, verborgenes Begehren und Vermögen, das niedergehalten werden muss. Submission hingegen ist „die zur Selbstunterdrückung gegenläufige Bewegung einer Selbstentfaltung, einer Selbstentfesselung“<sup>28</sup>.... Allerdings muss diese Selbstentfesselung, und das ist der submissive Kern, möglichst vielgestaltige Eigenschaften des Individuums auf eine einzige und für sich einseitige Dimension ausrichten, trimmen: auf den Gebrauchswert, auf Brauchbarkeit, Benutzbarkeit. Bis dass ihr Träger als bloßes Bündel Nützlichkeit figuriert, wie ein Wesen, das schon an sich nichts weiter zu sein scheint als das pure Sein für andere“ (ebenda, 127).

Ein Beweggrund für ein derartiges Verhalten mag durch eine von Hegel gewonnene Einsicht deutlicher werden, und zwar über den Konstitutionszusammenhang zwischen dem Selbst und der Bewegung der Anerkennung. Schmidt deutet diesen Hegelschen Gedankengang zugespitzt: „Wir sind wir selbst nur als Anerkannte; ein Selbst zu sein und anerkannt zu sein ist das Gleiche. ... Ein Selbst zu sein, macht nicht irgendeine uranfängliche Beschaffenheit des Menschen aus, die dann nachträglich zum Gegenstand der Anerkennung wird, vielmehr ist das ein Effekt oder ein Sediment der Bewegung der Anerkennung“ (ebenda, 133). Die Selbstbestimmung besteht nicht schon darin, dass ich und kein anderer mein Tun bestimmt, sondern dass ich mich, ganz von mir aus, zu einem *anerkennungsträchtigen* Tun bestimme. Wie in dem Beispiel des Bewerbungsgesprächs geht es nicht nur darum, dass ich mich selbst darstelle, sondern dies in einer anerkennungsträchtigen Weise tue.

Dabei aber „lauern Spielregeln, Normen, Sollsätze. Nach denen müssen wir uns strecken, um als Selbst zu figurieren, und müssen uns um so mehr strecken, je totaler wir ganz wir selbst sein wollen“ (ebenda, 134). So scheint dies eine besonders raffinierte List der Vernunft zu sein: „dass sich die soziale Konformität von Menschen ausgerechnet in ihrem Selbstsein durchsetzt“ (ebenda).

Selbstunterwerfung ist also durchaus mit der Entfaltung von Fähigkeiten wie der selbständigen Organisation des eigenen produktiven Prozesses und der Entwicklung von Individualität verkoppelbar.

---

<sup>28</sup> Als Beispiel führt Schmidt die Bewerbung um einen Arbeitsplatz an: „Als selbstunterdrücktes Wesen steht man ja nicht gerade werbewirksam da. Werbewirksam ist die Expression aller Vermögen und Volitionen, die Entfaltung einer Phantasie der Selbstdarstellung, die Entfesselung der Schwindelei und der Verwandlungskünste, die noch aus eklatanten Nachteilen schillernde Vorteile zu machen versteht“ (1995, 127).



## I.4.2 Subjektivierende Unterwerfung

Für diesen Prozess scheint der von Foucault geprägte Begriff „subjektivierende Unterwerfung“ zu passen: eine Unterwerfung, "die gerade zusammen mit Subjektivierung passiert, zusammen mit der Entfesselung der subjektiven Freiheit, des Subjektseins" (Schmidt, 145). Praktisch statten Institutionen und Organisationen die Individuen mit materiellen und symbolischen Ressourcen aus, die ihnen erst einen Sinn von Autonomie verleihen. Sie produzieren also mit dem Subjekt als Unterworfenem dessen Selbstverantwortung und Selbstzurechnung. Diese Autonomie des Subjekts wiederum meint gleichzeitig Subjektwerdung und Unterwerfung - *subjection* im Sinne Foucaults<sup>29</sup>. Moldaschl bezieht diese Problemstellung auf die neue Arbeitsorganisation und fragt, wie die Paradoxie zu verstehen sei, dass ausgerechnet die Anerkennung der Arbeitenden ein bislang undenkbares Nutzbarmachen ihrer Subjektivität für die Zwecke der Arbeit ermöglichen soll (Moldaschl 2002, 139), wie also „Macht nicht gegen, sondern durch Subjektivität arbeitet“ (Rose 2000).

## I.4.3 Macht, Unterwerfung und Entfaltung im Arbeitsprozess

Mit der Auflösung des einschränkenden aber auch schützenden Institutionengefüges des kapitalistischen Sozialstaates greifen die kommunikativen Kontroll- und Steuerungsstrategien von Staat und Unternehmen "von oben" als Macht unmittelbar auf die singulären, "nackten" Menschen zu (vgl. Peter, Peter 2008, 229). Im Arbeitsprozess geht es darum, "von oben" die Widersprüchlichkeit von Verwertungsinteresse (Vermarktlichung) und die Interessen der Arbeitskraftbesitzer unter einen Hut zu bringen. Um die Unternehmensziele zum Maßstab des Arbeitshandelns und damit die Ausübung von Herrschaft überflüssig zu machen (Moldaschl, Sauer 2000, 214), sollen die Untergebenen Handlungen vollziehen, die nicht ihrem Eigeninteresse entspringen und doch aus ihrem Innern stammen. "Denn dies ist der Schlüssel zur Macht: Die Beherrschten die Herrschaft von innen heraus als Freiheit leben zu lassen" (Haug 1987, 139).

In der Beurteilung, wie die Macht im Spannungsfeld von Unterwerfung und Entfaltung

---

<sup>29</sup> "Subjection is accomplished through the development of modern organizational practices and institutions – such as the clocking in system, the open plan office or the appraisal system – that *promote an accountability of the self*. Through their operation, modern subjects are constituted, whose sense of self-identity is invested in the reproduction of these practices – not simply to achieve material rewards or avoid punishments but *to gain and confirm a (self-disciplining) sense of their own normality as sovereign subjects*" (Willmott 1994, 106, Hervorhebungen im Text, in Holtgrewe, 2003, 25).

durch die Individuen hindurch im Arbeitsprozess funktioniert, werden verschiedene Akzente gesetzt. Holtgrewe (2003, 23f.) unterscheidet bei Autoren, die die Unterwerfungsthese favorisieren, zwischen Subsumtionsansätzen (Zugriffe von Unternehmen auf die Vermögen lebendiger Subjektivität), Konstitutionsansätzen (Konstitution von Selbstunterwerfung durch Diskurse) und Ansätzen der Erosion.

Boes (1996) als ein Vertreter der Subsumtionsthese nimmt an, dass informatisierte Arbeit zwar vermehrt der Leistungsfähigkeit, Deutungs- und Strukturierungskompetenz lebendiger Subjektivität bedürfe, aber damit verstärkt die Subjekte samt ihren Autonomie- und Emanzipationsbedürfnissen „zu Agenten ihrer eigenen Unterordnung" mache (S. 166).

Orientierungen auf den Gebrauchswert der Arbeit oder den Kunden dienten in erster Linie als Köder, um die Beschäftigten in die Managementdiskurse hineinzulocken (ebenda, 174ff.) und die Hegemonie des marktlichen Verwertungsprinzips auch kulturell zu etablieren.

Nach „postmodernen“ AutorInnen (Bröckling, Lemke/Krasmann/Bröckling, Kocyba (alle 2000), Rieder (2001) und Moldaschl (2002) wird Subjektivität durch Diskurse des Management und des Marktes konstituiert - angelehnt an Foucaults Sicht der disziplinären Macht, die den überwachenden Blick und den gehorsamen Körper den Subjekten selbst einschreibt.

Beide Ansätze fokussieren dabei auf bewusst intendierte Folgen von Managementstrategien. Im Ergebnis richten die Subjekte sich selbst – angstvoll oder verführt – konsistent auf die Erfordernisse „des“ Marktes aus.

Dem steht die Perspektive einer Erosion der Subjektivität durch nicht intendierte Wirkungen gegenüber. So sind nach Sennetts humanistisch-wertkonservativer Sicht flexible Menschen gefährdet durch die Erosion des Charakters in ihrer Orientierung auf Kontinuität, langfristige Erzählungen und Generationen übergreifende Erfahrungen. Die flexibilisierten, freigesetzten oder selbst Karriere-Risiken eingehenden Menschen müssen ihre Entscheidungen zwar selbstverantwortlich treffen, werden aber dabei von der Gestalthaftigkeit beruflicher Identitäten und kollektiver Zugehörigkeiten abgeschnitten und zu „Gefangenen der Gegenwart“ (Sennett 1998, 121). Sie arbeiten sich ab an der strukturellen Unmöglichkeit, Vergangenheit aufzugreifen, in der Gegenwart zu leben und daraus ihr Leben in die Zukunft zu entwerfen. Indem Zeit in der Netzwerkgesellschaft zur strategischen Ressource wird, erodieren in der zeitlosen Zeit „des Netzes“ soziale und körperliche Zeiten und Rhythmen (Castells 1996, 464ff.) – und eben darum suchen verschiedene ethnische und soziale Gruppen kompensatorisch und komplementär „eigene“ Identitäten zu rekonstruieren.

Die Seite der Entfaltung von Subjektivität und Autonomie hat erst neuerdings wieder an Aufmerksamkeit gewonnen. Maurizio Lazzarato (1998; 2002) oder André Gorz (2002) analysieren im Rückgriff auf Marx die Kompetenzen, die die Subjekte im flexibilisierten und wissensintensiven Kapitalismus entwickeln, als Momente der Produktivkraftentwicklung. Steigende Qualifikationen, umfangreichere und ganzheitlichere Arbeitsaufgaben, eine horizontale Koordination und Kommunikation auf Basis der Informations- und Kommunikationstechnik werden zur Grundlage sozialer Aufbrüche und Transformationen. Auch wenn die Kommunikationsarbeit Warenform annimmt, ist Raum für Kreativität und Intersubjektivität, die sich gerade nicht in der Subsumtion von Emotion und Ästhetik erschöpft. Wo Boes nur eine theoretische Emanzipationsmöglichkeit ausmachen (1996, 175), die er aber letztlich in den Kontrollpotenzialen der Technik und der Hegemonie von Managementdiskursen untergehen sieht, nehmen diese Autoren die sozialen Möglichkeiten in einem entschlossenen „look on the bright side“ (Monty Python) auf. Propagiert wird die neue Stellung im Produktionsprozess als eine Befreiung des Arbeitssubjekts von Bevormundung und Entmündigung, als Partizipation an den Entscheidungen im Unternehmen, als die Überwindung der Trennung von Arbeitskraft und Person. Auch aus den Schilderungen von Angela Schmidt und Wilfried Glißmann ergeben sich viele Indizien dafür, dass die Verausgabung der Menschen in neuen Arbeitsformen eben gerade nicht Folge einer platten Herrschaft des Egoismus' ist, sondern erneut und in völlig veränderter Form ein "Ganzes", eine "Ganzheit", ein irgendwie "Totales" sich erneut als verborgenes, aber wirkmächtiges Kalkül in die Seele des Arbeitenden hineinschiebt. In dem Maße, in dem die Subjekte in die Teilhabe an den gesellschaftlichen Verhältnissen eingebunden werden und sich selbsttätig darum bemühen, gilt es nach Langemeyer, "nicht nur die Koinzidenz von Er- und Entmächtigung aufzudecken, sondern das Ineinander von freisetzenden und Zwangsmomenten analytisch auseinander zu legen. Wo Handlungsfähigkeit entsteht, ist nicht immer schon Unterwerfung“ (Langemeyer 2004, 73).

#### **I.4.4 Die Macht des Marktes als Macht des Faktischen**

Die neue Stufe komplexer Rationalisierungsprozesse findet ihren Ausdruck in den betrieblichen Strategien der „Subjektivierung“ (Moldaschl, 2003, 49): Marktbezogene Steuerungselemente werden auch in Organisationen implementiert; betriebliche Zugehörigkeiten und Karrieren verlieren an Verbindlichkeit. Nicht nur die Alternativen, Optionen oder Zwänge der eigenen Arbeit und der Arbeitsmärkte rücken den Subjekten

unmittelbarer auf den Leib, sondern sie müssen auch die Logiken der Kundenorientierung und des „shareholder value“ in ihre Arbeit einbeziehen. In dem Maße, in dem die Beschäftigten nicht mehr an Befehl und Zwang gebunden sind, sind sie einer Heteronomie unterworfen, die immer schon die Kehrseite der unternehmerischen Selbständigkeit bildete: die Unselbständigkeit gegenüber einem verselbständigten Prozess, wie ihn der Markt darstellt. Als Teil des Systems sind die Menschen zwar keine Opfer, aber das sog. partizipative Management „beteiligt, aber ermächtigt nicht“ (Kühl 1994, 74). Mit der überall proklamierten Selbstorganisation, mit der seit Ende der 80er Jahre Hierarchieebenen obsolet gemacht wurden und Verantwortung nach unten delegiert wurde, griff auch gleichzeitig eine subtile Herrschaftsstrategie: „Kommunikative Prozesse, das Rauchen mit Kollegen, der ‚Flurfunk‘ des Klatsches, das gemeinsam eingenommene Essen in der Kantine, dienen nun nicht mehr zur kollektiven Selbstverständigung gegenüber den Anordnungen von oben, sondern als gesteuertes ‚Wissensmanagement‘ zur permanenten Optimierung des Wertschöpfungsprozesses. In der jovialen Duz-Kultur der Wohlfühlökonomie bleibt das, was Kommunikations- und Selbstfindungsprozesse häufig auszeichnete - Dissens, Opposition, gar Streit - häufig auf der Strecke. *Shut up and dance*“ (Engelmann 2001, 43). Die Freiheit des Selbst-Entscheiden-Könnens entspricht der Unternehmer-Freiheit, am Markt handeln zu können, verbunden mit der gleichzeitigen Unfreiheit, von eben diesen Marktbedingungen abhängig zu sein, die eine ständige Präsenz und Handlungsbereitschaft erfordern. Die neuen Organisationsformen sorgen dafür, dass für die Beschäftigten „unternehmerisches Handeln ... ein Moment ihres alltäglichen Arbeitshandelns geworden (ist) und dieses Handeln sich wesentlich als Selbstökonomisierung der Individuen (vollzieht)“ (Glissmann 2000, 16). Möglichkeiten zum selbstbestimmten Handeln erschöpfen sich also nicht mehr im Nachvollzug vorgegebener Strukturen, sondern „sind in der aktiven Rekonstruktion der Informationsebene im sozialen Prozess zu verorten. Der arbeitende Mensch ist demnach nicht nur Objekt dieser Informationsstrukturen, sondern zugleich ihr zentraler Akteur“ (Baukrowitz, Boes 1997, 22).

Die Internalisierung des Marktes geht Hand in Hand mit der Psychologisierung und Therapeutisierung des Managements. Das Selbstverständnis als Marktsubjekt leistet nach Moldaschl mehr „als alle symbolischen Politiken der Sozialintegration (Human Relations, Corporate Identity, Unternehmenskultur), die den Beschäftigten Sinn ohne handfeste Gegenleistung anbieten“ (ebenda, 8). Das Ich wird in der Perspektive einer endlosen Selbstökonomisierung im Sinne des unternehmerischen Erfolgs des Gesamtprozesses betrachtet: „Die Beschäftigten selber sollen den unternehmerischen Erfolg sicherstellen. Sie

selber sind es, die die sachlichen Anforderungen erkennen, aussprechen und in sachgemäßes Handeln umsetzen müssen. Unternehmerisches Handeln ist ein Moment ihres alltäglichen Arbeitshandelns geworden und dieses Handeln vollzieht sich wesentlich als Selbstökonomisierung der Individuen. Der unternehmerische Wille vollzieht sich über den Willen der Beschäftigten. Das unternehmerische Interesse stellt sich dar als das eigene Interesse der Beschäftigten, so dass auch harte unternehmerische Entscheidungen gegen Beschäftigte von letzteren selbst ersonnen und exekutiert werden" (Glißmann 2000, 16). Hier wurzeln auch die aktuellen Chiffren wie der Mensch als Lebens-Unternehmer, als profit-center, als Arbeitskraftunternehmer o.ä. – Begriffe, die für den wandelnden Widerspruch postmoderner Subjekte stehen. Indem der äußere Widerspruch verinnerlicht wird, treten die Arbeitenden in ein Verhältnis zu sich selbst.

Durch das eigene Tun und Denken wird der Sachzwang (die Markt"gesetze"), unter dem auch das eigene Unternehmen Profit- und Überlebensstrategien entwickeln muss, auch gegen sich selbst realisiert. Je besser bestimmte Managementkonzepte (z.B. Target-Costing) angewandt werden, um so schneller verläuft der von selbst ablaufende Prozess und um so höher werden die Anforderungen für alle.

In der Reflexion über die Funktionsweise des Prozesses und seine praktische Bewältigung liegt nach Glißmann der entscheidende Denkfehler darin, diese von selbst ablaufenden Prozesse im Unternehmen als äußere Mechanismen aufzufassen. Es geht ihm darum, den eigenen Anteil am Zustandekommen dieses Prozesses zu begreifen: „Was treibt mich? Was macht mir Spaß? Was macht mir Druck? Was macht ein schlechtes Gewissen? Was will ich als Unternehmer-Funktion und was will ich wirklich selbst? Was ist wirklich gut für mich?“ (Glißmann 2002, 263). Aber was heißt es, wenn man den Prozess und damit auch Machtverhältnisse auch als selbstgemacht begreift? Wie sind die Ambivalenzen zu leben?

Glißmann kommt zu dem Schluss, dass es nicht darum gehen kann, alte, unselbständige und weniger produktive Arbeitsformen zu konservieren. Er schlägt vor, sich das verselbständigte und als fremd erscheinende eigene Tun anzueignen, und zwar insbesondere unter dem Aspekt, die neue Selbständigkeit positiv aufzunehmen und im Sinne von an sich selbst gefundenen Kriterien („was will ich eigentlich?“) auszubauen. Wenn nun die einzelnen mit ihrer neuen Selbständigkeit die Marktmechanismen kennen und bedienen können und dabei auch Wirkungsweise, Widersprüche und Grenzen ihres eigenen Tuns begreifen, können Handlungsbedingungen auch daraufhin befragt werden, ob sie die selbst entwickelten

Kriterien erfüllen oder nicht. Potentiell sind damit auch Konflikte mit den Machtinstanzen möglich, die bisher die Definitionsmacht („indirekte Steuerung“) als diejenigen haben, die "von oben" den „automatischen Prozess“ des Marktes exekutieren.

#### **I.4.5 Macht als Vielfalt von Kräfteverhältnissen**

Nach Foucault wiederum gibt es kein identifizierbares Subjekt, das als Machthaber privilegiert Macht ausübt und Machttechniken anwendet. Unter „Macht“ versteht er „die Vielfältigkeit von Kräfteverhältnissen, die ein Gebiet bevölkern und organisieren; das Spiel, das in unaufhörlichen Kämpfen und Auseinandersetzung diese Kräfteverhältnisse verwandelt ... die Möglichkeitsbedingung der Macht ... liegt nicht in der ursprünglichen Existenz eines Mittelpunkts, nicht in der Sonne der Souveränität, ...sondern in dem bebenden Sockel der Kräfteverhältnisse, die durch ihre Ungleichheit unablässig Machtzustände erzeugen, die immer lokal und instabil sind“ (Foucault 1977, 113f.). Nach Moldaschl besteht der Kern von Foucaults Idee darin, „Macht in den verselbständigten Technologien zu lokalisieren, die die Menschen auf sich und auf andere anwenden, ohne sich dessen notwendig bewusst zu sein“ (2002, 142). Herzstück seiner Theorie sind die Formen der Disziplinierung des menschlichen Körpers. Die Disziplinarstechnologie in Gefängnissen, Schulen, Arbeitshäusern etc. zielt „auf einen Körper, der unterworfen werden kann, der ausgenutzt werden kann, der umgeformt und vervollkommen werden kann“ (Foucault, 1975, 276f.). Allerdings hat er in seinen historischen Analysen diesbezüglich vor allem diejenigen Prozesse herausgehoben, „die an die Voraussetzungen von administrativ gewonnenen Erkenntnissen über die physischen Bewegungsgesetze des Menschen gebunden waren; unter dem Begriff der ‘Disziplinierung’ hat er dementsprechend immer nur solche organisierten Verfahren zusammengefasst, in denen empirisches Kontrollwissen dadurch zur Anwendung gelangt, dass das menschliche Körperverhalten nach strengen Regeln dressurhaft in ein habituelles Schema gepresst und auf routinemäßige Vollzüge hin festgelegt wird“ (Honneth 1990, 25f.). Foucault wendet sich gegen die Vorstellung eines a priori gegebenen und souveränen Subjekts, einer ursprünglichen Freiheit und einer essentiellen Natur, die durch Machtverhältnisse unterdrückt und entfremdet wird (vgl. Moldaschl 2002, 151). Dagegen setzt er eine konsequente Historisierung des Selbst: „Die schöne Totalität des Individuums wird von unserer Gesellschaftsordnung nicht verstümmelt, unterdrückt, entstellt; vielmehr wird das Individuum darin ... sorgfältig fabriziert“ (Foucault 1977, 279). Damit stellen die Individuen bzw. ihre Körper in Foucaults machtheoretischen Hauptwerken allerdings lediglich widerstandslos gestaltbare

und manipulierbare Wesen dar, die nie als eigenwilliger Resonanzboden von psychischen Empfindungen und Erlebnissen auftreten. Foucault negiert damit die Vorstellung einer souveränen und konstitutiven Subjektivität. Daraus ergibt sich nach Honneth (1988, 142) das theoretische Dilemma Foucaults, dass „er einerseits eine Kritik moderner Machtmechanismen und ihrer Wirkungen auf Subjekte vornimmt, auf der anderen Seite aber Subjekte nur als Produkte eben dieser Mechanismen begreifen will. „Obwohl alles an seiner Kritik der Moderne auf das Leiden des menschlichen Leibes unter den disziplinierenden Akten der modernen Machtapparate konzentriert scheint, findet sich in seiner Theorie nichts, was dieses Leiden als Leiden artikulieren könnte“ (ebenda). Andererseits konzentriert sich Foucault darauf, diejenigen Kämpfe zu untersuchen, die „gegen all das, was das Individuum an es selbst fesselt und dadurch anderen unterwirft,“ geführt werden können (Foucault 1987, 243).

Im 2. und 3. Band von „Sexualität und Wahrheit“ stellt sich Foucault die Frage, mit welchen Techniken das Subjekt sich selbst produziert. Er kommt zu dem Schluss: „Wenn man die Genealogie des Subjekts in den westlichen Zivilisationen analysieren will, kann man nicht nur Herrschaftstechniken betrachten, sondern muss auch Selbsttechniken einbeziehen. Anders gesagt: Man muss die Wechselwirkungen zwischen diesen beiden Technikformen – Herrschaftstechniken und Selbsttechniken - untersuchen. Man muss die Punkte untersuchen, an denen die Herrschaftstechniken über Individuen sich der Prozesse bedienen, in denen das Individuum auf sich selbst einwirkt. Und umgekehrt muss man jene Punkte betrachten, in denen die Selbsttechnologien in Zwangs- oder Herrschaftsstrukturen integriert werden“ (Foucault 1993, 203f., zit. in Lemke 1997, 264).

### **1.5 Selbstoptimierung und Selbstsorge als Selbsttechnologien**

Selbstoptimierung hat mit Selbstbeherrschung zu tun, die - als seit Jahrhunderten erlernt und eingefleischt (vgl. Elias) - nach Haug entscheidend für die Unterordnungsfähigkeit des Individuums und damit gleichzeitig die „Form der Konstituierung individueller Handlungsfähigkeit“ ist (Haug 1987, 145). Mit Foucault werden die Handlungsanweisungen, die dazu anleiten, wie man sich rundum wohl und fit fühlen kann, als "Technologien des Selbst" verstanden. Diese Technologien sind zwar mit Macht verknüpft, sie können aber auch der Ursprung des Widerstandes gegen diese Techniken werden (Foucault 1983, 250). Macht wird nicht mehr als Antithese zu Freiheit verstanden, denn es kann sie nur geben,

sofern Subjekte handeln oder zum handeln fähig sind (ebenda 255). Die Beziehung, die sich auf diese Weise zwischen Individuen und Gruppen konstituiert, beschreibt Foucault als "Regieren" bzw. "Führen". Die Technologien des Regierens stehen damit in einem Korrespondenzverhältnis zu jenen des Selbst, wobei der Regierungsbegriff das unterworfenen Subjekt durch ein reflektierendes und handelndes Individuum ersetzt (vgl. Müller 2003, 100). Selbsttechniken bezeichnen also jene Weisen, „die es den Individuen ermöglichen, mit eigenen Mitteln bestimmte Operationen mit ihren eigenen Körpern, mit ihren eigenen Seelen, mit ihrer eigenen Lebensführung zu vollziehen, und zwar so, dass sie sich selbst transformieren, sich selbst modifizieren und einen bestimmten Zustand von Vollkommenheit, Glück, Reinheit, übernatürlicher Kraft erlangen“ (Foucault 1984, 35f.).

Nach Judith Butler ist die Machtwirkung vor allem in den Bezeichnungsverfahren zu verorten, durch die Identität gestiftet, reguliert und dereguliert wird. Diese Bezeichnungsverfahren geben ein Zeichenrepertoire vor, Identität selbstbestimmt herzustellen und ermöglichen so Selbstbezeichnung in Freiheit und Wahl, in Autonomie und Verantwortung.

So richtet sich der Appell, sich in Gesundheitsfragen selbst verantwortlich fit und gesund zu halten, an die Selbstführungskompetenz der einzelnen. Um dieser Verantwortung gegenüber sich selbst gerecht zu werden, ist man auf Kriterien angewiesen, wie dieser effizient und gewissenhaft nachzukommen ist. Aus der Perspektive der Macht brauchen Individuen notwendige Hilfestellungen. Diese finden sich in Selbstmanagement- und Lebenshilferatgebern, Gesundheitsmagazinen und Präventionsprogrammen. In Betrieben, von Krankenkassen und Berufsgenossenschaften, Volkshochschulen sowie auf dem freien Markt gibt es eine Vielzahl einschlägiger Angebote, aus denen man auswählen kann: Rückenschulen, Wellness und Fitness in allen Variationen, Entspannungstraining, Stressbewältigung, Life-Work-Balance usw. Gugutzer bezeichnet die Praxis, durch die der Körper absichtsvoll, bewusst und reflektierend gestaltet wird, als "aktive Thematisierung der Körperbiografie" (Gugutzer 2002, 258). Die Individuen sollen sich in der Führung ihrer selbst an institutionalisierten Verhaltensprogrammen orientieren, die den Körper im weitesten Sinne thematisieren und explizit auf einem Expertenwissen aufbauen, dessen Körper- und Gesundheitsdiskurs moralische Maßstäbe setzt. Man ist aufgerufen, sich seines eigenen Körpers bewusst zu werden, ihn zu formen und für ihn zu sorgen, unter der Prämisse: Gesundheit, Schönheit und Fitness sind machbar. Dieser Diskurs setzt an der praktischen Notwendigkeit an, sich als Manager seiner selbst



unter dem Aspekt der Selbstvermarktung und Gesunderhaltung seiner Arbeitskraft um die eigenen Ressourcen kümmern zu müssen. Mit welchen sinngebenden Selbsttechniken man auch außerhalb der postmodernen Arbeitsverhältnisse zur Selbstoptimierung aufgerufen wird, zeigen Appelle der Ratgeberliteratur zur Selbstgestaltung der eigenen Körperlichkeit. Duttweiler extrahiert aus der Analyse der Ratgeber drei verschiedene Modi des Selbstbezugs, in denen der Körper<sup>30</sup> als Medium der Subjektivierung zum Tragen kommt: als Medium der Selbsterfahrung im Modus der Body-Consciousness, als Medium der Selbstformung und Selbstdisziplinierung im Modus der Fitness und als Medium der Selbstsorge im Medium der Wellness. Alle diese Modelle stellen das „Wie“ des Körperbezugs in den Mittelpunkt ihres Interesses.

### **1.5.1 Der Körper als Medium der Selbsterfahrung: Body Consciousness**

Selbsttechnologien als Weise, in denen das Selbst auf sich selbst einwirkt, um sich zu verbessern, implizieren nach Foucault „wohl in jeder Kultur eine Reihe von Wahrheitsverpflichtungen: die Wahrheit aufdecken, durch die Wahrheit erleuchtet werden, die Wahrheit sagen“ (1984, 36). Die Wahrheit über sich zu kennen und zum Ausdruck zu bringen ist - auch in der Tradition der christlichen Beichtpraxis - eine wesentliche Grundlage der Kultur autonomer Subjektivität, in welche die Techniken, in denen wir uns verstehen und verbessern, eingebettet sind (vgl. Rose 1998, 145). Dem Körper wird dabei zugeschrieben, der Garant unserer Authentizität zu sein. „Um sich selbst bewusst zu werden, braucht es ein ganzheitliches Bewusstsein Deiner Person. Das heißt, Du musst Dir über Deine Wünsche und Neigungen hinaus auch Deines Körpers voll bewusst werden“ (Lasar: 79, zit. in: Duttweiler 2003, 34). Die Zeichen, die sich auf oder mit dem Körper zeigen, werden als natürlicher Ausdruck des „wahren Selbst“ gelesen. „Der Körper ist Medium und Message zugleich. So kommt er in eine Position, in der er nicht nicht kommunizieren kann, man ist darauf angewiesen seine Zeichen zu lesen und zu interpretieren“ (ebenda). Basis sind die gemeinsamen kulturellen Deutungsangebote zur Verkörperung sozialer Positionen oder innerpsychischer Dispositionen. Indem nun die Körperäußerungen idolisiert werden, gelten intensive Gefühle und Körperwahrnehmungen nicht mehr als Störungen, sonder als das

---

<sup>30</sup>Legt man hier die Leib-Körper-Differenzierung zugrunde, kann der Körper "als Medium der Selbsterfahrung" und als "Medium der Selbstsorge" begrifflich eher als Leib gefaßt werden, während er als "Medium der Selbstformung und Selbstdisziplinierung" eher im Sinne des Körper-Habens, d.h. als "Körper unter Körpern" (Plessner 1980) zu gelten hat. In allen drei Fällen wird jedoch angestrebt, reflexiv über beide Dimensionen verfügen zu können.

eigentlich Wertvolle. So können Gefühls- und Körpersensationen als Selbstvergewisserung fungieren, die nicht auf die Wahrnehmung und Anerkennung anderer angewiesen sind. Die körperliche Erfahrung verkoppelt Selbstvergewisserung mit Selbsterkenntnis, d.h. dem Wunsch, die Wahrheit über sich zu erfahren, zu erweitern und zu vervollkommen. Hat man sie einmal erkannt, schließt sie eine Verpflichtung sich selbst gegenüber ein, dem „Gebot des Selbstseins“ nachzukommen und sich autonom, selbstverantwortlich und selbstbewusst zu verhalten.

Die Ratgeber geben nun Hinweise, wie das geschehen kann: „Nutzen Sie jede Gelegenheit, Achtsamkeit zu üben: nehmen Sie wahr, wie Sie sitzen, stehen, gehen, liegen.“ (Holdau: 18f., zit. in: Duttweiler 2003, 35). Die einfachste, grundlegendste und erfolgversprechendste Methode zur Wahrheitssuche ist die unablässige Beobachtung des eigenen Körpers.

Gemessen werden die Abweichungen am Ideal eines gesunden und normalen Körpers. „Äußere Merkmale künden von inneren Zuständen,“ sie sind „Merkzeichen des Körpers“, die auf seelische Unordnung hindeuten.

Um die Semiotik des Körpers deuten zu können, wird auf Wissen der Psychosomatik zurückgegriffen. So diagnostiziert z.B. Loise Hay in ihrem Bestseller (1994), hinter Parodontose stecke „die Wut über die Unfähigkeit, Entscheidungen zu treffen.

Unentschlossenheit“ (Hay: 36, zit. in: Duttweiler 2003, 36) und wer unfruchtbar ist, habe „Angst und Widerstand gegen den Prozess des Lebens“ (Hay, 14, zit. in: ebenda). So wird psychosomatisches Wissen verwandt, um eine persönliche Anfälligkeit zu konstruieren, die in der Beziehung zu sich angesiedelt ist. Diese Anfälligkeit erzeugt eine Paradoxie: „Nicht mehr vollkommen funktionstüchtig zu sein oder krank zu werden, kann als moralisches Problem gewertet und das Fehlen der Fähigkeit, eine 'gesunde' Beziehung zu sich herzustellen gilt zugleich als Ausdruck der psychosomatischen Krankheit“ (Duttweiler 2003, 36). Die Beziehung zu sich zu gestalten, setzt wiederum ein umfangreiches Wissen über sich voraus, das man über diverse Testverfahren erweitern kann. So bekommt man dann heraus, z.B. zu welchem Typ man gehört: „Typ Earthic, Athletic oder Atmospheric“ (Wellfit: 24, zit. in ebenda). Auch wenn betont wird, dass Typen selten in Reinform, sondern fast immer in Zwischenausprägungen auftreten: „sich selbst mit Hilfe vorgegebener Schemata einzuordnen, bringt subjektive Empfindungen auf einen generalisierten Begriff und verankert sie in objektivierten Kategorien, Datenerhebung und Hierarchisierung ermöglichen den Vergleich mit anderen und erlauben, sich in eine vorstrukturierte Relation zu anderen zu begeben und sich so auf einem normativ gegliederten Feld zu positionieren“ (Duttweiler 2003, 36).

Diese Art von Einordnung könnte als Versuch gewertet werden, der Wahrheit über sich mit Hilfe von Methoden der Selbstinspektion und Introspektion, unterstützt durch erklärende Experten, näher zu kommen. Die Selbstversicherung wird an standardisierte Interpretationsangebote gebunden, die wiederum die Weisen einschränken, „durch die wir uns auf uns selbst beziehen, indem sie uns an individuelle *und* objektive Wahrheiten binden. Zugleich erlaubt der Bezug auf ein allgemeingültiges Wissen aber auch, eine individuelle Wahrheit zu kreieren, uns in Selbstverpflichtung an sie zu binden und das Leben danach auszurichten.... Was als selbstverständlich erscheint, nämlich ein Selbst, eine Identität zu haben, erweist sich als hochkomplexer, arbeitsintensiver, und zugleich existenziell notwendiger, nie abzuschließender Prozess. Er ist gebunden an Praktiken, die sich auf eine Wahrheit beziehen, die als in den sichtbaren Zeichen des Körpers verborgen gilt und nur durch Aktivität zugänglich wird“ (Greco in Duttweiler 2003, 36f.).

### **1.5.2 Der Körper als Medium der Selbstführung: Fitness**

In diesem Modus des Selbstbezugs ist die Bindung an Wahrheit zweitrangig. Die Formung des Körpers zielt auf Verbesserung, auf eine effektive Steigerung des eigenen Leistungs- und Genussvermögens im Sinne einer Ökonomisierung seiner selbst und seiner sozialen Beziehungen. Dieses Angebot richtet sich vor allem an den Arbeitnehmer neuen Typus', der an seiner erfolgreichen Selbstvermarktung interessiert ist. Bereits vor 30 Jahren hat Baudrillard (1970) den Körper als Moment der Ökonomie betrachtet, als Kapital und Investitionsobjekt, als eine Ware, die es werbewirksam zu vermarkten gilt.

Die Formung zum fitten Körper basiert zuallererst auf seiner umfassenden Disziplinierung. Man muss den Körper selbstverantwortlich in den Griff bekommen, indem man mit einem starken Willen an ihm arbeitet, die Fähigkeit entwickelt, diesen Willen - auch gegen sich selbst - durchzusetzen und auf dem Körper sichtbar werden zu lassen. Fitness zeigt sich somit nicht nur in der Physiologie des Körpers, sondern erscheint als notwendige soziale Kompetenz. Ein fitter Körper verweist auf einen freien rationalen Handelnden, der sich selbst und seinen Körper optimal zu managen in der Lage ist (Duttweiler 2003, 8).<sup>31</sup> Für David Bosshart (1995) vom Schweizer Gottlieb Duttweiler Institut gilt Fitness als ein herausragendes Persönlichkeitsmerkmal. Von dem alteuropäischen Personideal des durch

---

<sup>31</sup> „A system of controlling the mind appear to shift to the outside of the body, which becomes the symbol of worth and prestige in contemporary societies. Briefly, to look good, is to be good.“ (Turner, B. 1987, 226)

"persönliche Tiefe" gekennzeichneten stabilen Charakters setzt er sich polemisch ab: "Sich persönlich fit zu machen wird nicht mehr heißen, ein starkes Ich zu entwickeln, sondern in virtuellen Beziehungen zu leben und multiple Identitäten zu pflegen. Das heißt: Ich setze nicht mehr auf einen persönlichen 'Kern' und suche ihn, sondern ich trainiere mir die Fähigkeit an, mich nicht mehr definitiv auf etwas festzulegen. Damit bleibe ich fit für neue Wege. Metaphorisch gesprochen: Statt in die Tiefe gehe ich in die Breite. Ich werde zum Oberflächengestalter, ich gestalte mit meinen Stilen, torsohaften Charakteren und Identitäten Oberflächen. (...) Dreh- und Angelpunkt der persönlichen Fitness ist nicht mehr der Aufbau einer eigenen, stabilen Identität, sondern das Vermeiden des Festgelegt-Werdens" ( Bosshart 1995, 147 f.). "Fitness ist der große Trend", auf den wir uns in allen Lebensbereichen einzustellen haben und diese Haltung ist sowohl für den "Wirtschaftsstandort" wie für die persönlichen Lebenschancen ausschlaggebend: "In gesättigten, enger werdenden Märkten entscheidet die Corporate Fitness, der 'fitte' Umgang mit schnell wechselnden Strukturen, Werten und Kontexten" (ebenda, 140).

Neben "mentaler Fitness" kommt es natürlich auf ein "Body Management" an, das die Störanfälligkeit des Körpers möglichst ausschaltet. Er wird als "*Wetware*" ("menschliche Körper aus Fleisch, Knochen und Flüssigkeiten) bezeichnet, die keinesfalls vernachlässigt werden darf, aber nur um sie als "ärgerliches Randphänomen, das Kosten verursacht", zu "eliminieren" (Bosshart 1995, 149).

Das gesamte menschliche Handeln wird von einer diffus-universellen Leistungsbereitschaft bestimmt. Zygmunt Bauman (1995) hat sich Gedanken zum gegenwärtigen Fitness-Kult gemacht: "Nicht mehr das Streben nach Normerfüllung und Konformität macht also die Anstrengung unseres Lebens aus; vielmehr handelt es sich um eine Art Meta-Anstrengung, die Anstrengung, fit - gut in Form - zu bleiben, um sich anzustrengen. Die Anstrengung, nicht alt und rostig und verbraucht zu werden; an keinem Ort zu lange zu bleiben; sich die Zukunft nicht zu verbauen" (S. 12). Die Fitness-Narration, die uns allüberall<sup>32</sup> begegnet, scheint wenig zur Förderung von Lebenssouveränität beizutragen, sondern eher zur flexiblen Anpassung an äußere Standardisierungen.

### **I.5.3 Der Körper als Medium der Selbstsorge: Wellness**

---

<sup>32</sup>Um Menschen im Erhalt ihrer Gesundheit und zur Stärkung ihrer Ressourcen zu unterstützen, bieten Krankenkassen, Berufsgenossenschaften, Unternehmen etc. sowie der freie Gesundheitsmarkt inner- wie außerbetrieblich vielfältige individuumzentrierte Maßnahmen an: von Seminaren zur „Work-Life-Balance“ und zum „entschleunigten Verhalten“, über Stressbewältigungstraining und Stressmanagement, bis hin zu den diversen unter „Wellness“ firmierenden Angeboten, sich wohl zu fühlen, fit und gesund zu bleiben.

Wellness - eine Begriffslegierung aus Wellbeing und Fitness/Happiness – wurde in den 70er Jahren des 20. Jahrhunderts auf Betreiben der amerikanischen Regierung als Programm eines ganzheitlichen Gesundheitsmodells entwickelt, um den explodierenden Gesundheitskosten entgegen zu wirken.

In bewusster Abgrenzung zur Fitness wird eine Beschäftigung mit dem Körper empfohlen, die sein umfassendes Wohlbefinden in den Mittelpunkt stellt. Der Körper wird als autopoietische Systems vorgestellt, in dem sich Körper Seele und Geist in einem flexiblen

Fließgleichgewicht befinden: alle Teile sind naturgemäß aufeinander bezogen, keiner herrscht über den anderen. Der Wille - der Geist - herrscht nicht über den Körper und beide lassen sich nicht von Gefühlen überwältigen. Störungen des Gleichgewichts werden unmittelbar registriert, flexibel austariert und harmonisch ausbalanciert. Die

Kulturanthropologin Emily Martin hat den Wandel von Vorstellungen über Gesundheit vor dem Hintergrund gesellschaftlicher Veränderungen untersucht. Sie stellt fest, dass sich in den Gesundheitsdiskursen in den USA das Ideal der Flexibilität auch als Ideal persönlicher und physischer Leistungsfähigkeit verbreitet (vgl. List 1999, 9). Sie bringt „das Bild des

Körpers als komplexes, flexibles System, wie es sich in der Immunologie durchsetzt“ in Verbindung mit einem Anforderungsprofil des Berufs- und Arbeitslebens, „in dem Flexibilität und Kreativität an oberster Stelle stehen“ (a.a.O.10f.), wenn Teilzeitarbeit,

Mobilität und lebenslanges Lernen an der Tagesordnung sind. Im betrieblichen Flexibilitätstraining ist „das Erlernen von Eigenschaften wie Selbstvertrauen, Flexibilität und Anpassungsfähigkeit durch die Einbeziehung des Körpers besonders effizient“ (a.a.O., 11).

„Ganzheitlicher Wellness“ liegt die Vorstellung einer dynamisch flexiblen Einheit zugrunde, die Gesundheit und Wohlbefinden als permanent reproduzierbaren Normalzustand ausgibt und den Körper als Ort von Harmonie und Heil markiert. Diese Anrufung natürlicher Harmonie suggeriert Machtfreiheit, regt Phantasien der Befreiung an und nährt die Idee der Authentizität. Der Körper wird laut Wellness-Magazinen mit einem Zuhause verglichen, das für Reproduktion sorgt, in dem man sich geborgen, aufgehoben, kurz sich wohl fühlen kann und in dem bzw, mit dem es erlaubt ist, zumindest für die kurze Zeit einer ayurvedischen Verwöhnmassage oder eines „Kräuterduftbades“ ungestraft zu regredieren. Ihm wird so die Möglichkeit zuerkannt, ganz im Gegensatz zu den Erfahrungen zerreißennder Widersprüche, gesellschaftlicher Differenzierung und Fragmentierung, Ganzheit, Sicherheit und Vertrauen zu erfahren. Allerdings nur punktuell: zwar verkauft sich Wellness als Lebensinhalt, als Ziel, tatsächlich aber ist es immer eine Pause, ein Unterbrechen, Abschalten, Ferien im Idealfall, oder wenn nicht Ferien, dann das kleine Urlaubsgefühl zwischendurch. Versprochen wird

Heilung von gesellschaftlichen Überforderungen und Verwundungen des Selbst, Selbsterlösung durch Lösung von An- und Verspannungen, dem der Wellnesskonsument, der „Wohl-Wollende“ stets neuen Glauben schenken muss. Dabei ist jedes Wellnessangebot geschichts- und ortlos. Shiatsu, Yoga, Ayurveda wird in eine ideelle Gleichzeitigkeit und Verfügbarkeit gebracht.

Das universelle Zaubermittel gegen lästige Widrigkeiten heißt allerdings „Loslassen“, erreichbar über diverse Techniken der körperlichen Entspannung und der „seelischen Reinigung“. Was mit Hilfe dieser Techniken gelassen werden kann „führt uns zu größerer Freiheit - Freiheit von Gedanken, Haltungen und Fehleinschätzungen, die unseren Geist und unser Leben vergiften“ (Prather, 10, zit. in Duttweiler 2003, 40). Nicht der abgehärtete Muskelpanzer ist hier gefragt, sondern ein Individuum, das sich von Störungen aus der Außen- und Innenwelt selbstverantwortlich abschirmen kann, ohne dabei starr und unflexibel zu sein.

Dabei bedürfen auch Körper, Geist und Seele der unablässigen Aufmerksamkeit und Pflege, müssen zum Gegenstand liebevoller Fürsorge werden, die je nach Geldbeutel auch von anderen am eigenen Körper erbracht werden können.

Im Modus der Wellness, der Sorge um sich selbst, werden Selbsterfahrung und Selbstformung gemessen an der Leibkonzeption enggeführt. Bei der Suche nach der eigenen Wahrheit wird allerdings der Tiefgang, die Selbsterfahrung durch Körpererfahrung „nunmehr ausgedünnt zu einem instrumentellen Konzept der Interpretation von Signalen, um Körper, Geist und Seele im Dienste von Wohlbefinden und ganzheitlicher Gesundheit, optimal ausbalancieren zu können“ (Duttweiler 2003, 40).

In ihrer Fokussierung auf den herrschaftsförmigen Charakter der Selbstzuwendung verkennt Duttweiler allerdings deren Ambivalenz: im übertriebenen Maße angewandt, mag sie durchaus einen Kontrollaspekt haben und die Illusion der Selbstführung vermitteln.

Andererseits ist gerade das Erlernen von Achtsamkeit gegenüber körperlichen Vorgängen Voraussetzung eines behutsamen Umgangs mit sich und anderen.

## **I.6 Fazit**

Wie bei jeder anderen Ware ist der Erfolg der Selbstvermarktung nicht im voraus zu bestimmen: wer es schafft, den Stil seiner Selbstdarstellung attraktiv zu gestalten, wem es gelingt, der Ethik der Fitness und zugleich der des Im-eigenen-Körper-zu-Hause-Sein zu entsprechen, dem, winken - so die Suggestion der Ratgeber - gewinnbringende Erträge. Die vielfält-

igen Ratgeber geben nun die notwendigen Informationen und Bewertungsmaßstäbe über Gesundheit, Wohlbefinden und den perfekten Körper, beschreiben Vorbilder sowie konkrete Techniken und Praktiken. Zugleich eröffnen sie einen Möglichkeitsraum in der Phantasie, in dem man probenhalber das gewünschte Körperbild- und Körpergefühl vorweg nehmen kann. Die intensive Beschäftigung mit sich hält die Hoffnung wach und treibt zu permanenter Selbstverbesserung, zur unablässigen Arbeit an sich selbst, entsprechend dem Fortschrittsmodell der Moderne: permanente Steigerung, unendliche Akkumulation, unabschließbares Wachstum. Die selbstbestimmte Gestaltbarkeit des Körpers scheint sich so als Teil einer Machtmaschinerie zu erweisen, die diszipliniert und gleichzeitig produktiv ist, die Selbst-Unterwerfung mit gesteigerter Tauglichkeit verkettet (vgl. Duttweiler 2003, 39). „Just in dem Moment, in dem die Forderung nach einem von Bevormundung und Entmündigung befreiten Arbeitssubjekt realisierbar erscheint, in dem die Trennung von Arbeitskraft und Person, von Bürger und Arbeitskraft an Gewaltbarkeit zu verlieren scheint und in dem Subjektivität vom Störfaktor zur zentralen Ressource des Verwertungsprozesses aufrückt, wird diese selbst als Herrschaftsverhältnis kenntlich. Post-tayloristische Subjektivität bezeichnet also das Einverständnis mit einer vorformatierten (repressiven) Freiheit“ (Moldaschl 1999, 7). Langemeyer (2004, 74) bezweifelt allerdings, ob eine relativ selbständige Verfügung über sich gleichzeitig ein völliges fremdbestimmtes Verfügt-Werden bedeutet. Solange nur solche Konzeptionen der (Selbst-)Führung ins Blickfeld geraten, die von außen an die Subjekte herangetragen werden, ist noch lange nicht sicher, ob sie tatsächlich zu Formen der Selbstführung werden. Nach Boltanski/Chiapello können die vielen ideologischen Kohärenzangebote wie die betriebliche „corporate identity“, organisational development oder Selbstführungstechniken ihr Ziel nur erreichen, wenn sie sich an typische Figuren einer menschlichen Authentizität anlehnen: „an die Figur der spontanen Freundschaftsbeziehung, des Vertrauens, der Bitte um Hilfe oder um Rat, der Rücksicht auf Unbehagen oder Leid, der Sympathie oder gar der Liebe“ (Boltanski, Chiapello 2006, 497f.). Für Haug besteht gerade darin die ideologische Wirksamkeit: etwas als etwas anderes zu artikulieren, indem es metaphorisch auf einen anderen Bereich bezogen wird. Solche metaphorischen Verstreben zwischen unterschiedlichen Bereichen sind jedoch nicht planmäßig - es steht keine übermächtig manipulierende Vernunft der Herrschenden dahinter, sondern es sind "Echoverhältnisse mit Resonanz- und Verstärkereffekten" (Haug 1987, 8).

So schaffen derartige Angebote zwar immer neue Passungen für die Subjekte, garantieren aber noch lange nicht, dass sie mit ihren gesamten leiblichen Ressourcen integrationsfähig sind. Denn Methoden der „indirekten Steuerung“ oder des Gefühlsmanagements werden

kritisierbar „als die Folge eines zynischen Gebrauchs der Authentizitätsreferenz, mit der man scheinbar freiwillig erledigen lässt, was man über den Vorgesetztenstatus nicht mehr durchsetzen kann“ (ebenda, 499).

Schließlich tragen die Phänomene den Charakter von Vexierbildern, passend ist ein Bild vom Tauziehen, bei dem die Antagonisten miteinander verbunden sind.

Angeichts der vielfältigen Belastungen und Zumutungen durch entgrenzte Verwertung des emotionalen und intellektuellen Arbeitsvermögens spricht daher vieles dagegen, dass sich Subjekte im Einklang mit den Herrschaftsverhältnissen kohärent machen können. Wenn Menschen unter dem Druck der Verhältnisse, aber dennoch freiwillig und motiviert ihren eigenen leiblichen Bedürfnissen zuwider handeln, fehlt entweder ein inneres Korrektiv, ein innerer Maßstab oder der Wille bzw. der Mut zum Handeln oder auch die Wahrnehmungsfähigkeit für Grenzen der eigenen Ressourcen und Belastbarkeit. Deshalb wäre ein um die leibliche Dimension erweiterter kritischer Kohärenzbegriff wichtig, vor dessen Hintergrund Widersprüche – wie die Kooperationsanforderungen unter Konkurrenzbedingungen oder der Widerspruch eingeräumter Autonomie – kontrastiert werden können (Langemeyer 2004, 73f.). Kohärenz wiederum hat auch mit dem Selbstkonzept, mit der eigenen Sicht auf Beherrschbarkeit und Veränderbarkeit der Welt sowie mit dem Sinn eigenen Handelns zu tun. Wenn nun der Widerspruch von Unterwerfung und Entfaltung der Arbeitenden „im Verhältnis der Arbeitenden zu sich selbst“ stattfindet, geht es an die Substanz, an das eigene Selbstverständnis, an die Identität, und zwar z.B. da, wo die beruflichen Ziele und die lebensweltlichen Bedürfnisse an den Erfordernissen des Marktes ausgerichtet werden - nicht erzwungen, sondern freiwillig.<sup>33</sup> Im folgenden sollen exemplarisch soziologische (Bourdieu, Sennett und Rosa), sozialpsychologische (Fromm, Funk) und sowie identitätstheoretische Zugänge daraufhin untersucht werden, welche Sichtweise der Vermittlung von Individuum und Gesellschaft für eine leibtheoretische Betrachtung fruchtbar zu machen ist.

---

<sup>33</sup> Als Ursachengeflecht benennt Haug: „ungeheure Zwänge, denen jedes Individuum unterliegen muss, die Ängste, im universellen Kampf aller gegen alle nicht mithalten zu können, alltägliche Normalisierungspraxen,... Die Ertüchtigung von Leuten, die ständig Karriere machen oder wenigstens mithalten können ... im Wettlauf um die besseren Plätze oder zumindest darum, nicht entlassen zu werden. Die Konstitution des Adretten und Empfehlenswerten, des Gebrauchswertversprechens der Ware Arbeitskraft, vor allem die überaus schwierige und immer schwieriger werdende Modifikation seiner selbst, dass man fähig wird, das, was man tun muss, von innen heraus zu wollen, die Pflicht (oft sogar den puren Zwang ) zum Willen zu machen. Daran wirken wir alle ‚von unten‘ mehr oder weniger beflissen mit, weil wir sonst das Verlangte gar nicht leisten könnten“ (Haug 1993, 228f.).



## **II. Sozialcharakter und Persönlichkeit des "flexiblen Menschen"**

Die Wirkungszusammenhänge von postmoderner Arbeitswelt, Gesundheit und Identität lassen sich unter dem verallgemeinerten Aspekt der Vermittlung von Individuum und Gesellschaft aus soziologischer und sozialpsychologischer Perspektive betrachten. Der Nutzen einer solchen Perspektive liegt in der Herausarbeitung grundsätzlicher Merkmale gesellschaftlich/individueller Vermittlung, vor deren Hintergrund auch die Wirkungsweise spezifischer Praxisformen des Sozialcharakters und der Persönlichkeit des "flexiblen Menschen" deutlicher werden kann.

Zunächst wird anhand des kulturanthropologischen Habitus-Konzept von Bourdieu untersucht, wie und unter welchen Bedingungen ein Subjekt im aktuellen gesellschaftlichen Lebenszusammenhang handlungsfähig wird. Weil die Zeitdimension ein wesentliches Moment der aktuellen Veränderungsdynamik darstellt, wird im Anschluss an die grundsätzlichen Gedanken Bourdieus ein eher soziologischer Zugang zum Zusammenhang zwischen der Persönlichkeit des "flexiblen Menschen" und der Dynamik gesellschaftlicher Beschleunigung diskutiert: Richard Sennetts Beschreibung des "flexiblen Menschen" und die soziologische Beschleunigungstheorie von Hartmut Rosa. Die subjektive Dimension soll dann unter dem Blickwinkel der psychoanalytischen Sozialwissenschaft, d.h. unter Rückgriff auf Fromms theoretisches Konstrukt des „Gesellschaftscharakters“ thematisiert werden. So wird *innerhalb* dieses Diskurses über den Zusammenhang zwischen Sozialcharakter/Persönlichkeit und Flexibilisierung auf bewusstseinsformen der handelnden Subjekte, insbesondere auf die Veränderungen der Persönlichkeitsmerkmale des postmodernen Menschen in Form der "postmodernen Ich-Orientierung" eingegangen (Funk 2005).

### **II.1 Gewöhnung als Einverleibung**

Einen kulturtheoretischen Zugang zu der Frage, wie der Mensch in seiner täglichen Praxis passfähig für eine Gesellschaft wird bzw. wie er Charaktereigenschaften erwirbt, die das erfüllen, was die Gesellschaft von ihm erwartet, hat Bourdieu in seiner Sozialtheorie mit seinem Konzept des "Habitus" entwickelt. Es ist ein Konzept darüber, wie Praxisformen entstehen, wie der 'objektive' Einfluss der Gesellschaft mit der subjektiven Gestaltung von Gesellschaft vermittelt wird. Gleichzeitig werden mit dem Habitus-Konzept auch erkenntnistheoretische Implikationen angesprochen, wie die Akteure die gesellschaftliche Praxis, in die sie eingebunden sind, wahrnehmen, erfahren und erkennen. Dieses Konzept

soll daraufhin befragt werden, inwiefern es einen Beitrag zu dem Problem leistet, wie Akteure auch unter sich verändernden Bedingungen handlungsfähig bleiben können.

### **II.1.1 Das Konzept des „Habitus“**

"Habitus" wird im Alltag assoziiert mit Begriffen wie Anlage, Haltung, Erscheinungsbild, Gewohnheit oder Lebensweise - Begriffe, mit denen sich auch Hegel, Husserl, Weber, Durckheim und Mauss intensiv auseinandergesetzt haben (vgl. Schwingel 1998<sup>2</sup>, 54).

Ganz allgemein definiert Bourdieu Habitusformen als "Systeme dauerhafter und übertragbarer Dispositionen", (1987, 98). In ihrer Gesamtheit sind sie "strukturierte Strukturen, die wie geschaffen sind, als strukturierende Strukturen zu fungieren, d.h. als Erzeugungs- und Strukturierungsgrundlagen für Praktiken und Vorstellungen, die objektiv an ihr Ziel angepaßt werden können, ohne jedoch bewusstes Anstreben von Zwecken und ausdrückliche Beherrschung der zu deren Erreichung erforderlichen Operationen vorauszusetzen, die objektiv geregelt sind, ohne irgendwie das Ergebnis von Regeln zu beinhalten, und genau deswegen kollektiv aufeinander abgestimmt sind, ohne aus dem ordnenden Handeln eines Dirigenten hervorgegangen zu sein" (ebenda) .

Der einzelne passt sich dem gesellschaftlichen Feld an, was jedoch nicht heißt, dass die durch den Habitus bedingte Handlungsweise nicht auch von individuellen strategischen Überlegungen begleitet sein kann.

"Eine der grundlegendsten Auswirkungen des Einklangs von praktischem Sinn und objektiviertem Sinn besteht darin, dass eine Welt des Alltagsverstands geschaffen wird, deren unmittelbare Evidenz durch die vom Konsens über den Sinn der Praktiken und der Welt gewährleistete Objektivität verstärkt wird, d.h. durch die Harmonisierung der Erfahrungen und die ständige Verstärkung, die jede dieser Praktiken durch den individuellen oder kollektiven (z.B. beim Fest), improvisierten oder vorgegebenen (Gemeinplätze, Sprichwörter, Ausdruck ähnlicher oder identischer Erfahrungen erfährt" (ebenda 108).

Der Habitus fungiert somit als eine den gesellschaftlichen Erfordernissen "vorangepasste Disposition" (ebenda, 100). Sie wird in "einer undurchsichtigen Mischung von Zwang und Freiheit, welche der Individualität gleichsam vorab, vor jeder bewussten Entscheidung und Auseinandersetzung, Reaktionsweisen und Haltungen aufgenötigt, die es gestatten, sich ohne große Reibungsverluste in die soziale Ordnung hineinzufinden" (Gamm 1994, 274).

Bourdieu beschreibt vor allem die Art und Weise oder die Logik des Zusammenspiels, die zwischen dem institutionalisierten Handlungsrahmen des gesellschaftlichen Feldes und den subjektiven Handlungsspielräumen, die auf diesem Feld eröffnet werden, also die "Paradoxie des objektiven Sinns ohne subjektive Intention" (ebenda).

Anthropologische Grundannahme von Bourdieu ist, dass jeder soziale Akteur mit systematisch strukturierten Anlagen ausgestattet ist, die für sein Denken und Handeln konstitutiv sind. Das Subjekt handelt demnach nicht frei nach einem selbst gestalteten Entwurf, sondern ist in seinem Denken und seinen Handlungen gesellschaftlich vorherbestimmt, und zwar vor allem in seinem Habitus. Dessen Schemata gehen der subjektiven Erfahrung voraus und wirken unabhängig von Ideen, Intentionen und Überzeugungen. Der Habitus beruht auf individuellen und kollektiven Erfahrungen, d.h., "er gewährleistet die aktive Präsenz früherer Erfahrungen, die sich in jedem Organismus in Gestalt von Wahrnehmungs-, Denk- und Handlungsschemata niederschlagen und die Übereinstimmung und Konstanz der Praktiken im Zeitverlauf viel sicherer als alle formalen Regeln und expliziten Normen zu gewährleisten sucht" (1987, 101).

Dabei strukturieren

- Wahrnehmungsschemata die Wahrnehmung der sozialen Welt
  - Denkschemata Alltagstheorien und Klassifikationsmuster, mit denen die soziale Welt geordnet und interpretiert werden kann, ethische Normen sowie ästhetische Maßstäbe zur Bewertung von kulturellen Objekten und Geschehnissen.
  - Handlungsschemata für individuelle und kollektive Praktiken der Akteure.

In der sozialen Praxis sind diese Schemata untrennbar miteinander verflochten. Es handelt sich um ein unbewusstes<sup>34</sup> System von Unterscheidungen, das als Klassifikations- und Erzeugungsprinzip von Praktiken fungiert, in denen Orientierungen angelegt sind und Akteuren in unterschiedlichen Situationen und Handlungsfeldern routinisierte Handlungen ermöglicht.

## **II.1.2 Der soziale Sinn**

---

<sup>34</sup> Diese Form des Unbewussten ist nicht zu verwechseln mit dem psychoanalytischen Verständnis.

Der Habitus als Dispositionssystem ist so gleichzeitig Grundlage eines "Sozialen Sinns", ("*le sens pratique*" Bourdieu 1993). Der soziale Sinn des Habitus vereint und synthetisiert alle Sinne, die in irgendeiner Weise für die soziale Praxis relevant sind:

Neben den 5 bekannten Sinnen der allgemeine Orientierungs- und Wirklichkeitssinn, der moralische Sinn für Verantwortung, Verpflichtung und Pflicht, der religiöse für das Sakrale, der politische Sinn, der ästhetische Sinn für Schönheit, der Sinn für Humor, der Sinn fürs Geschäft und einige andere mehr (vgl. Schwingel 1998<sup>2</sup>, 58).

Der soziale Sinn kann nur dann "mit der automatischen Sicherheit eines Instinkts" funktionieren, er kann nur dann "augenblicklich auf alle möglichen ungewissen Situationen und Mehrdeutigkeiten der Praxis reagieren" (Bourdieu 1987, 191), wenn die habituellen Dispositionen auch leiblich verankert sind, d.h sich in Situationen z.B. in der Körperhaltung und -bewegung, in der Art zu sprechen, in Gesten etc. äußern. Der Habitus formt das Leibliche bis in die entwicklungspsychologisch grundlegende Schicht des Motorischen. "Was der Leib gelernt hat, das besitzt man nicht wie ein wiederbetrachtbares Wissen, sondern das ist man" (1987, 135).

In Abgrenzung zum landläufigen rationalistischen Diskurs beruht die Eigenlogik und die praktische Vernunft der Akteure in ihrer sozialen Praxis im wesentlichen auf impliziten Schemata der habituellen Dispositionen, die in den Körpern der Akteure einverleibt sind. „An die Stelle des klassischen Dualismus von Individuum und Gesellschaft tritt bei Bourdieu das Komplementärverhältnis von Leib gewordener Gesellschaft und Ding gewordener Gesellschaft, von Habitus und Feld“ (vgl. Schwingel 1998<sup>2</sup>, 75).

Der Habitus der Akteure wird bestimmt durch die spezifische Position, die sie als einzelne, als Gruppe oder Klasse in der Sozialstruktur einnehmen. Die sozialstrukturelle Position begründet die soziologisch relevanten Unterschiede, die zwischen den unterschiedlichen Habitusformen der Akteure, bzw. Gruppen oder Klassen von Akteuren bestehen. Der Habitus ist demnach - aus soziologischer Perspektive - sozialstrukturell bedingt. Von frühester Kindheit an, über die Eltern und deren jeweiliges soziales Bezugsfeld, über die Schule, über die Firma und seine soziale Klasse bestimmen die vorgefundenen materiellen und kulturellen Existenzbedingungen, d.h. die Lebensbedingungen seiner selbst und seiner Familie die Grenze des Handelns, Wahrnehmens und Denkens eines Akteurs.

Da der Habitus nun auch selbst Produkt der Geschichte ist, ist er in stetem Wandel begriffen. Allerdings legen trotz der im Lebenslauf erfolgenden, den Habitus modifizierenden Erfahrungen die ökonomisch und kulturell verfügbaren Ressourcen, die Stellung in gesellschaftlichen Hierarchien etc. weitgehend die Handlungs- und Erfahrungsgrenzen der Akteure bzw. Gruppen von Akteuren fest.

Sozio-ökonomische Bedingungsfaktoren konstituieren körperliche Erfahrungsräume, eröffnen und begrenzen sie zugleich: „Die körperliche Hexis, eine Grunddimension des sozialen Orientierungssinns, stellt eine praktische Weise der Erfahrung und Äußerung des eigenen gesellschaftlichen Stellenwerts dar“ (Bourdieu 1983, 739). Daraus lässt sich ableiten, dass nicht nur die körperliche Gestalt, sondern auch die Selbstwahrnehmung, das eigene Körperschema und eigene Körperbild gesellschaftlich bedingt sind. Körperlichkeit bzw. Körperschema und soziale Stellung sind somit nicht voneinander zu trennen, sondern verweisen aufeinander: „Es ist durchaus so, als würden die mit bestimmten sozialen Verhältnissen gegebenen Konditionierungsprozesse das Verhältnis zur sozialen Welt in ein dauerhaftes und allgemeines Verhältnis zum eigenen Leib festschreiben ... kurz: ihm soziales Profil verleihen“ (ebenda).

Wie nun geht diese Einverleibung vonstatten?

### **II.1.3 Die Einleibung des Außen**

Die Inkorporation oder Einleibung der äußeren Existenzbedingung verläuft über eine "stille Pädagogik" oder den "heimlichen Lehrplan", über die unbewusste Mimesis an die alltäglichen kulturellen Praktiken, über unscheinbare Imperative, Ermahnungen, Manieren, Haltungen und Regeln. Damit wird auf implizite Art erreicht, "den Grundprinzipien des kulturell Willkürlichen Geltung zu verschaffen, die damit Bewusstsein und Erklärung entzogen sind" (Bourdieu 1987, 128). Im Zuge dieser habituellen Verleiblichung wird das kulturell Gewollte so selbstverständlich, dass es zu einer zweiten Natur des Menschen wird, so dass der Ursprung in Vergessenheit gerät. Im Habitus wird das gesellschaftlich Notwendige zur Tugend gemacht und die herrschende Ordnung implizit anerkannt.

Offen bleibt nun, wo die Willensfreiheit der einzelnen bleibt, wenn sie sich eh nur in den Grenzen des jeweils gesellschaftlich Notwendigen bewegen können.

Bourdieu weist in seinem Werk darauf hin, dass mit dem Wirksam-Werden des Habitus die Praxis der einzelnen nicht im strengen Sinne vorherbestimmt ist. Denn durch die Verinner-

lichung gesellschaftlicher Strukturen und entsprechender Dispositionsstrukturen werden lediglich die Grenzen möglicher und unmöglicher Praktiken festgelegt, nicht aber die Praktiken an sich. Vor allem die (ungleich verteilten) Chancen, über Ressourcen zu verfügen, legen den jeweiligen Spielraum fest, innerhalb dessen Freiheit für Varianten und Erneuerung besteht. Diese Freiheit ist allerdings nur eine "konditionierte und bedingte Freiheit" (1987, 103)

Bourdieu verdeutlicht dies an einem Beispiel: "Wer den Habitus einer Person kennt, der spürt oder weiß intuitiv, welches Verhalten dieser Person versperrt ist. Wer z.B. über einen kleinbürgerlichen Habitus verfügt, der hat eben auch, wie Marx einmal sagte: Grenzen seines Hirns, die er nicht überschreiten kann. Deshalb sind für ihn bestimmte Dinge einfach undenkbar, unmöglich, gibt es Sachen, die ihn aufbringen oder schockieren. Aber innerhalb dieser seiner Grenzen ist er durchaus erfinderisch, sind seine Reaktionen keineswegs immer vorauszusehen" (1989, 26). Die Individualität von Praktiken liegt in der jeweils spezifischen Nutzung des gruppen- und klassenspezifischen Spielraums, der mit dem Habitus verinnerlicht wurde.

An dieser Stelle setzt die Kritik an Bourdieus Habituskonzept an: Wenn die leiblich verankerten kulturellen Dispositionsmuster bereits auf der personalen Ebene den Korridor des möglichen Verhaltens festlegen, ist "die Etablierung neuer Schemata nicht nur unwahrscheinlich, sondern beinahe ausgeschlossen, da alle Erfahrungen, auch und gerade die irritierenden, immer schon auf der Basis vorhandener Dispositionen rezipiert werden. Den Akteuren, so hat es den Anschein, bleibt gar keine andere Möglichkeit, als die Welt vor dem Hintergrund dieser Unterscheidungsschemata zu interpretieren und entsprechende Praktiken zu vollziehen" (Ebrecht 2002, 228). Mit dem Habituskonzept überbetont Bourdieu - so die Kritiker - die Stabilität kultureller Muster schon auf grundbegrifflicher Ebene und kann in deren Folge nur ihre Reproduktion erklären, nicht aber kulturellen Wandel (vgl. ebenda, 226).

Ebrecht setzt dieser Kritik entgegen, dass sich „gleichförmige Praktiken aus der Perspektive Bourdieus nicht als bloßes Exekutieren von überzeitlichen Handlungsmustern auf der Basis kultureller Codes, sondern vielmehr aus den intentionalen Verstehensleistungen der Akteure in konkreten Situationen darstellen ... Da die kollektiven Schemata des Habitus von den Akteuren zur subjektiven Sinnzuschreibung herangezogen und durch das ‚Nadelör‘ des praktischen Verstehens im Rahmen einer konkreten Handlungssituation gefädelt werden müssen, erscheint die quasi mechanische Repetition von Handlungsmustern als ein unwahrscheinlicher Grenzfall.“ (ebenda, 230f.).

Die vollständige Kongruenz der inkorporierten und objektivierten Sinnstrukturen ist „einzig dann möglich, wenn die auf die Welt applizierten Schemata Produkte eben der Welt sind, auf die sie appliziert werden , das heißt in der Alltagserfahrung: der vertrauten Welt (im Gegensatz zu fremden oder exotischen Welten“ (Bourdieu 2001a, 188f.) Mit anderen Worten: nur wenn verleblichte Geschichte und objektivierte Geschichte synchron verlaufen und in einer Handlungssituation zusammentreffen, bewegen sich die Akteure „wie Automaten“ (Bourdieu 1982, 740).

Nun gibt es Grenzfälle, bei denen die unbewusste Einschätzung und Handlungsorientierung des Habitus der Akteure auf Schwierigkeiten stoßen könnte:

1. eine mehrdeutige Handlungssituation, die anhand unterschiedlicher Schemata verstanden werden könnte und gleichzeitig nur ein begrenztes Repertoire an Schemata vorhanden ist
2. eine Situation, die vom Akteur mangels eigener habitueller Dispositionen gar nicht verstanden werden kann, d.h., sie ist so fremd, dass mit den bekannten Mitteln nicht gehandelt werden kann.<sup>35</sup>

In beiden Fällen ist eine routinisierte Aktion im Sinne einer selbstverständlichen Wiederholung von Handlungsmustern unwahrscheinlich. Habitus und gesellschaftliches Feld entsprechen sich nicht mehr, so dass Interpretation und Praxis ihren Routinecharakter verlieren, aus der Perspektive der Akteure als problematisch erscheinen und der Kreislauf instabil wird.

So hatte z.B. der vormals aktive Gewerkschafter (siehe Fußnote 2) einen Habitus, der zwar handlungssicher an die traditionelle Industriekultur angepasst war, dessen spezifische Dispositionen aber in einem veränderten Kontext zu versagen schienen. „Das Dispositionssystem ist und bleibt das alte und ermöglicht den Akteuren im Kontext anomisch empfundener objektiver Bedingungen kaum mehr als resignativ-passive Praktiken der Hilflosigkeit“ (Ebrecht 2002, 233).

Wenn Transformationsprozesse des Habitus nicht nur als Anpassung an eine sich verändernde Welt verstanden werden sollen, müssen auf der Ebene des Habitus Bedingungen spezifiziert werden, unter denen eine solche Umformung überhaupt möglich

---

<sup>35</sup> Aktuelle Beispiele sind vielfach nach der Umbruchsituation in Osteuropa zu finden, in denen Menschen aufgrund der substantiell anderen Anforderungen der marktwirtschaftlichen Ordnung aufgrund ihrer erworbenen Handlungsdispositionen nicht oder nur begrenzt handlungsfähig waren und sind.

Ebrecht zitiert aus Bourdieus „Das Elend der Welt“ als Beispiel einen vormals aktiven Gewerkschafter, der nach seiner ungewollten Frühpensionierung jegliches politisches und soziales Engagement abbricht und in eine Art Agonie verfällt: „Vielleicht habe ich mich verändert, oder die Welt hat sich verändert, oder ich habe es nicht mitgekriegt, wie sich die Dinge verändert haben, ich weiß nicht, aber auf jeden Fall fühle ich mich ein bisschen verloren“ (Bourdieu 1997, 371, in Ebrecht 2002, 233)

sowie wahrscheinlich wäre. Bourdieu versucht, derartige Bedingungen anhand eines Vollendungsprozesses in einer kunstgeschichtlichen Epoche herauszuarbeiten. Üblicherweise geschieht ein solcher mit den habituell bereit gestellten Möglichkeiten in vielfältigen unterschiedlichen Praktiken, bleibt aber innerhalb des durch die Sinn Grenzen des Habitus abgesteckten Terrains.

#### **II.1.4 Veränderung des Habitus**

Wie aber verhält es sich in Zeiten des Übergangs und der Krise, in denen z.B. eine neue Stilrichtung entsteht? Bourdieu hebt nun nicht auf das Erklärungsmuster des ‚schöpferischen Genies‘ ab, bei dem das Neue durch Eingebung des Künstlers aus dem Nichts hervorgebracht wird, sondern er empfiehlt, „sich der inkorporierten Geschichte des oder der Personen zuzuwenden, in deren Werken sich eine Überwindung etablierter Formen beobachten lässt, d.h. im Rahmen einer systematischen Rekonstruktion der Biographie die habituellen Bedingungen der Möglichkeit einer kreativen Neuschöpfung aufzudecken“ (ebenda, 234). Am Beispiel des Abtes Suger, der die zeitgenössische gotisch-scholastische Kunst überboten hatte, zeigt er, dass diese Weiterentwicklung aus der Spannung des in Kindheit und Jugend einverlebten Unterschichthabitus und dem in anschließend jahrelanger Ausbildung und beruflicher Tätigkeit erworbenen Dispositionssystem eines Klerikers entsteht. Die neue Kunst verdankt sich demnach der innovativen Kombination zweier alter Habitusformen: Das in der Primärsozialisation erworbene Unterscheidungssystem kreuzt sich mit dem Unterscheidungssystem des späteren Berufsmilieus innerhalb des inkorporierten Dispositionssystems eines Akteurs (vgl. Bourdieu 1974, 155ff. in Ebrecht 2002, 234).

In immer wieder neuen Situationen müssen demnach Akteure eine Form der ‚Dekodierungsarbeit‘ leisten, d.h. Sinnzuschreibungen auf Basis der inkorporierten Unterscheidungssysteme vollziehen. Für eine systematische Erklärung der Transformation kultureller Muster reicht es nicht aus, darauf hinzuweisen, dass die Reproduktion von Handlungs routinen in hohem Maß voraussetzungsreich und prinzipiell störanfällig ist. Die Beispiele Bourdieus legen nahe, dass eine weitere Bedingung der Möglichkeit kulturellen Wandels in der Konstellation sich überschneidender, miteinander konkurrierender habitualisierter Schemata bestehen kann, selbst wenn diese aus unterschiedlichen Handlungszusammenhängen resultieren. Allerdings ist nur dann, wenn die einzelnen Akteure über Schematisierungsalternativen verfügen, die Möglichkeit einer innovativen Neuschöpfung gegeben.

Ebrecht weist auf eine grundsätzliche Schwierigkeit von Bourdieus Habitus theorie hin:



Bourdieu scheint tendenziell zu unterstellen, dass sich einem Akteur oder einem Kollektiv von Akteuren ein zwar vielschichtiges, letztlich aber kohärentes Dispositionssystem zuordnen lässt, das sie in die Lage versetzt, in den unterschiedlichen sozialen Feldern die Praktiken eines ganzen Lebensstil hervorzubringen. Angesichts gravierender Strukturdifferenzen zwischen diesen gesellschaftlichen Feldern muss die Annahme, dass diese sich in eine stabile und kohärente Wahrnehmungs-, Denk- und Handlungsdisposition integrieren lassen, als höchst zweifelhaft erscheinen. Gerade am „flexiblen Menschen“ wird deutlich, dass dieser in seinen verschiedenen Handlungswelten mit vielfältigen, widersprüchlichen und gegensätzlichen Denk- und Handlungsschemata umgehen muss. Trotz dieser Befunde geht Bourdieu davon aus, dass die von ihm unterstellte habituelle Harmonie dazu neigt, sich selbst zu stabilisieren und zu reproduzieren.: „Das besondere Gewicht der ursprünglichen Erfahrungen ergibt sich (...) im wesentlichen daraus, dass der Habitus seine eigene Konstanz und seine eigene Abwehr von Veränderungen durch die Auswahl zu gewährleisten sucht, die er unter neuen Informationen trifft, indem er z.B. Informationen, die die akkumulierte Information in Frage stellen könnten, verwirft, wenn er zufällig auf sie stößt oder ihnen nicht ausweichen kann (Bourdieu 1993, 114 zit. in Ebrecht 2002, 236). Im jüngeren Werk von Bourdieu finden sich allerdings auch Überlegungen, wie Habitualisierungen über das praktische Mitwirken des Körpers wieder in Bewegung gebracht werden können. Er schildert "kritische Momente des Missverhältnisses und Missklangs", in denen "die Beziehung unmittelbarer Angemessenheit" zwischen Verhaltensmustern und Feld nicht mehr übereinstimmt und in einen neuen Balancezustand finden muss. Diesen Vorgang bezeichnet Bourdieu als "praktisches Reflektieren", das auf leiblicher Ebene ansetzt und durch seine situative und handlungsorientierte Ebene der Praxis zugewandt bleibt (Bourdieu 2001b, 208f., zit. in Zeus 2006, 27).

Ebrecht schlägt nun vor, das Bourdieu'sche Habituskonzept postmodern zu wenden, indem „an die Stelle eines Subjektkonzepts, in dem die Akteure als Träger eines kohärenten Dispositionssystems fungieren, ein Modell treten könnte, in dem Akteure als Träger unterschiedlicher Wissensordnungen fungieren. In einem solchen Konzept würden sich die zur Ausführung von unterschiedlichen Praktiken notwendigen Wissensordnungen gewissermaßen in den Akteuren kreuzen – Personen wären, um eine Formulierung von Simmel aufzugreifen, Schnittpunkte sozialer Kreise (vgl. Simmel 1989, 237ff.)“ (zit. in ebenda). Ebrecht verweist auf das von G. Schulze entwickelte Konzept alltagsästhetischer Schemata, das eine grundsätzlich größere Offenheit für Wandlungsprozesse in der Form einer „Auflösung, Verschmelzung, Trennung und Neugruppierung“ aufweist (Schulze 1992, 132f.). Schulze geht

davon aus, dass mit der Entstehung der sog. „Erlebnisgesellschaft“ ein neues Grundmuster der Beziehung von Subjekt und Situation entsteht, in dem sich der Akzent des Handelns vom Einwirken zum Wählen in Richtung einer innenorientierten Erlebnisrationalität verschiebt (vgl. ebenda 51). In der Empirie mag diese veränderte Ausrichtung stimmen. Offen bleibt allerdings, warum sich Menschen vom Einwirken auf ihre sozialen Felder auf ihr Inneres wenden, ob eine derartige Ausrichtung angesichts der von den Menschen zu bewältigenden ökonomischen und sozialen Probleme angemessen ist und inwiefern dieses Grundmuster mit den augenblicklichen Machtverhältnissen zu tun hat.

### **II.1.5 Fazit**

Der Bourdieusche Ansatz kann in mehrerlei Hinsicht für die Ausgangsfragestellung fruchtbar gemacht werden:

- Das Habituskonzept bietet Erklärungsmuster für die Verunsicherung vieler postmoderner Arbeitnehmer, deren Repertoire an Schemata angesichts mehrdeutiger Handlungssituationen begrenzt sind oder angemessene Bewältigungsmuster nicht vorhanden sind.
- Der Habitus setzt zwar bestimmte Handlungsbeschränkungen, aber innerhalb dieser Beschränkungen ermöglicht er gleichzeitig eine Vielfalt von Handlungsspielräumen
- In der Möglichkeit, eigene biographisch gewordene und/oder fremde Sinnsysteme zu überkreuzen, liegt die Chance, kulturellen Wandel von Person und Feld aktiv und kreativ mit zu schaffen.
- Wenn jedes gesellschaftliche Individuum mehrere Habitusformen, die durchaus widersprüchlich zu einander stehen können, in sich vereinigen kann, steckt in der Verarbeitung dieser Widersprüche potentiell eine widerständige Haltung des Subjekts.
- Wenn Leiblichkeit und das eigene Körperbild der individuell gebrochene Ausdruck der eigenen sozialen Lebenslage ist, ließen sich der Möglichkeit nach durch Wahrnehmungsförderung und symbolische Handlungen eigene und soziale Begrenztheiten und Potentiale erkennen.
- Indem der Habitus die leibliche Verankerung habitueller Dispositionen und sozialer Erfahrungen betont, eröffnet er mit einem leiblich fundierten "praktischen Reflektieren" Ansatzpunkte und Veränderungspotentiale von Leib- und Bewegungsarbeit.

## **II.2 Der beschleunigte Mensch**

Während die Typisierung als theoretischer Zugang zur Erfassung des Zusammenhangs zwischen Sozialcharakter und Persönlichkeit des "flexiblen Menschen" noch stark empirisch beschränkt ist bzw. auf die Oberflächenverhältnisse zielt und Bourdieu nach dem Zusammenhang fragt, wie der 'objektive' Einfluss der Gesellschaft mit der subjektiven Gestaltung von Gesellschaft in bestimmten Praxisformen vermittelt wird, fokussiert der im Folgenden vorzustellende dritte soziologische Zugang auf den Zusammenhang zwischen der Persönlichkeit des "flexiblen Menschen" und der Zeitdimension. Mit dem Interesse für die Zeitdimension offenbart diese soziologische Perspektive neben dem empirischen auch ein sozialphilosophisches Erkenntnisinteresse, weil in ihr die Frage nach den Besonderheiten der Epoche, in der wir leben, nach ihrem historischen Anspruch und nach ihrer Zukunftsperspektive eine große Rolle spielen. Zunächst soll am Beispiel von Richard Sennetts Ansatz die Problemstellung angerissen werden, die dann im zweiten Teil anhand der soziologischen Beschleunigungstheorie von Hartmut Rosa entfaltet wird.

### **II.2.1 Zeitdimension der Gesellschaft und Charakter des Individuums**

Der englische Originaltitel von Sennetts Buch, "The Corrosion of Character" zeigt, worum es dem Autor geht: um die zerstörerischen Folgen, die der "neue Kapitalismus" für den Menschen hat. Betrachtet wird der Mensch dabei zunächst als individuelles bzw. personales Wesen. Zentral für das Verständnis des sich zersetzenden Charakters ist für Sennett die *zeitliche Dimension* der gesellschaftlichen Entwicklung. "Es die Zeitdimension des neuen Kapitalismus, mehr als die High-Tech-Daten oder der globale Markt, die das Gefühlsleben der Menschen außerhalb des Arbeitsplatzes am tiefsten berühren" (Sennett 1998, 29).

Sennett sieht zwar die Arbeitswelt als letztlich entscheidende Sphäre für die Prägung des Menschen an, betont aber die umfassende Bedeutung der zeitlichen Zumutungen für das gesamte Leben. In Sennetts Darstellung werden die zeitlichen Besonderheiten des neuen Kapitalismus kurz charakterisiert, vor diesem Hintergrund auf soziale und psychische Konsequenzen eingegangen und zum Schluss eine politisch-praktische Konsequenz angedeutet.

Das sichtbarste Zeichen des Wandels vom alten zum „neuen Kapitalismus“, so der Ausgangspunkt von Sennetts Charakterisierungsversuch, ist das Motto des neuen Kapitalismus: "Nichts langfristiges!" (Sennett 1998, 25). Das zeigt sich in der Arbeitswelt

wie in der gesamten Berufslaufbahn. "Heute muss ein junger Amerikaner mit mindestens zweijährigem Studium damit rechnen, in vierzig Arbeitsjahren wenigstens elfmal die Stelle zu wechseln und dabei seine Kenntnisbasis wenigstens dreimal auszutauschen (ebenda). Die Zurückdrängung langfristiger Orientierungen hängt mit verschiedenen Umständen zusammen, die Sennett kurz auflistet: das zunehmend "ungeduldige Kapital" (Sennett 1998, 26) bzw. der Wunsch nach rascher Rendite angesichts des sich immer rigoroser durchsetzenden Neoliberalismus, der dadurch begünstigte Wandel der Unternehmensstruktur hin zu flacheren Hierarchien und zur Einsparung von Personal ("Re-engineering" und "flexible Spezialisierung") und die flächendeckende Einführung von schnellen Kommunikationstechnologien. Sennett konfrontiert diese Faktoren des Wandels mit den Erwartungen und Verheißungen des „neuen Kapitalismus“. "Das Wesen des flexiblen Wandels soll es sein, sich von der Vergangenheit zu lösen, und das Vorausgehende entschieden und unwiderruflich zu verändern. Beim Angriff auf die Routine erscheint eine neue Freiheit der Zeit, doch ihre Erscheinung täuscht. Die Zeit in Unternehmen und für den Einzelnen ist aus dem *eisernen Käfig der Vergangenheit* entlassen, aber neuen Kontrollen und neuer Überwachung von oben unterworfen. Die Zeit der Flexibilität ist die Zeit einer neuen Macht." (Sennett 1998, 75; Hervorhebung J. S.).

Wie wirkt sich diese Neugestaltung der Zeitlichkeit auf das Fühlen und Denken des Menschen, auf seine personale und charakterliche Prägung aus? "‘Nichts Langfristiges’ ist ein verhängnisvolles Rezept", urteilt Sennett, verhängnisvoll "für die Entwicklung von Vertrauen, Loyalität und gegenseitiger Verpflichtung... Solche sozialen Bildungen brauchen Zeit, um sich zu entwickeln und in den Nischen und Spalten von Institutionen Wurzeln zu schlagen" (Sennett 1998, 28). Je mehr der Zeitrahmen in modernen Institutionen begrenzt ist, desto schlechter sind die Bedingungen für das Heranreifen von Loyalität und Vertrauen. Loyalität zu einer Institution kann im Gegenteil für das Individuum schnell zur Falle werden. Dies aber hat Konsequenzen für das Verhältnis des Menschen zu sich selbst. Die zeitlichen Bedingungen des „neuen Kapitalismus“ lassen v.a. jene Charaktereigenschaften erodieren, die Menschen zugleich miteinander verbinden und dem einzelnen ein stabiles Selbstgefühl geben. Es wird immer schwerer, im eigenen Leben die Kontinuität der Zeit zu erfahren. Das Prinzip "Nichts Langfristiges!" führt so zu einem *grundsätzlichen Konflikt zwischen Erfahrung und Charakter*: "Die Erfahrung einer zusammenhanglosen Zeit bedroht die Fähigkeit der Menschen, ihre Charaktere zu durchhaltbaren Erzählungen zu formen" (Sennett 1998, 37). Die Erfahrung von Dauer scheint immer schwieriger zu werden. Ohne Dauer aber „verlieren wir jenen langen Blick auf die Dinge und die Entwicklungen, der nach

dem Anfang auch das Ende mitbekommt. Und damit gehen wir der Mitte, die durch Anfang und Ende bestimmt sind, verlustig. Unser Leben ähnelt immer mehr einer Bewegung ohne Mittelpunkt“ (Geissler 1993, 182). Die Kurzfristigkeit als Prinzip löst auf lange Sicht "die Bindungen von Vertrauen und Verpflichtung und untergräbt die wichtigsten Elemente der Selbstachtung" (Sennett 1998, 38). Sennett berichtet von einem Gespräch mit einem jungen IT-Angestellten, der ihm sichtlich erregt seine Nöte schildert. "Du kannst dir nicht vorstellen, wie dumm ich mir vorkomme, wenn ich meinen Kindern etwas über Verpflichtungen erzähle. Es ist für sie eine abstrakte Tugend, sie sehen sie nirgendwo" (ebenda, 29). Biegsamkeit hat eben ihren Preis.

Die Flexibilisierung des Lebens hat auch Folgen für das Zeiterleben: „In weiten Teilen wird heute die Zeit nicht als mal langsam dahinströmende, mal stürmisch drängende, doch kontinuierlich fließende Melodie erlebt; sie wird vielmehr als ein Staccato erfahren, zwischen dessen einzelnen Schlägen, wenn überhaupt, kaum noch ein Zusammenhang zu erkennen ist“ (Kirsch 1995, 174). Mit dem Verlust der Voraussetzung für Erzählungen „geht nicht nur die Fähigkeit verloren, kleine Ereignisketten durch Erzählung in gelebte Zeit zu formen, sondern es wird auch immer schwieriger, seinen Lebenslauf in einem Sinngehalt erzählend zu entdecken" (Mittendorfer 1998, 237).

Sennett begnügt sich nicht mit der Beschreibung und Analyse des „neuen Kapitalismus“ und des von ihm erzeugten „flexiblen Menschen“, sondern deutet am Schluss auch an, woher eine heilende Kraft kommen könnte. Am Beispiel von Gesprächen mit IBM-Programmierern, die entlassen worden waren, sich dann für eine gewisse Zeit im Leben ihrer Gemeinde engagierten und nun gemeinsam ihr Leben zu reflektieren begannen, zeigt Sennett die besondere Heilkraft der „Narration“. Im Bemühen, zusammen mit anderen das eigene Leben zu erzählen, erkennen und prüfen die Individuen Alternativen und mögliche Ausgänge, die guten wie die schlechten. Sie überwinden nicht nur ihre Vereinzelung, sondern werden sich durch die „Moral der Erzählung“, die in ihrer Form, nämlich in der gemeinsamen Suche nach zeitlicher Kontinuität begründet ist, nicht nur ihrer selbst, sondern auch der Besonderheit der Gesellschaft, in der sie leben, neu bewusst. Indem sie untereinander ihr Scheitern zur Sprache bringen, passierte etwas ganz Entscheidendes, das sie unter dem Zeitregime des „neuen Kapitalismus“ noch nicht kennen gelernt hatten: „Sie mussten sich aufeinander einlassen, sich aufeinander verlassen, um das Tabu zu brechen, und im Laufe der Zeit öffneten sie sich einander, unterstützten sich gegenseitig - und kamen auf die Art zu einer zusammenhängenden Deutung des Geschehens, ihrer eigenen Rolle in der Zeit“ (Sennett 1998, 185). Das Gegengift gegen das individualisierte und flexibilisierte

„Ich“ ist, so Sennetts Zukunftsperspektive, das „gefährliche“ Pronomen „Wir“. Durch die Erkenntnis der gegenseitigen Abhängigkeit wird die gegenseitige Schuldzuweisung beendet. Die IBM-Programmierer in Sennetts Interviews hörten schließlich auch auf, ihren indischen Kollegen oder ihrem jüdischen Vorstandsvorsitzenden die Schuld an ihrem Los zu geben.

## **II.2.2 Der Akzelerationszirkel und das situative Ich**

Hartmut Rosa knüpft in seiner Studie „Beschleunigung“ mit dem Untertitel „Die Veränderung der Zeitstruktur in der Moderne“ (2005) zum Teil an Sennett an und entwickelt dabei eine umfassende Theorie über Formen, Triebkräfte und Konsequenzen der modernen Beschleunigung, wobei er sehr ausführlich auf die Selbstverhältnisse und Identitätsfragen des Individuums eingeht. Rosa ist davon überzeugt, dass eine „temporalanalytische Zugangsweise“ zu gesellschaftstheoretischen Fragestellungen einen entscheidenden Vorzug gegenüber anderen Zugangsweisen hat: Zeitstrukturen und –horizonte stellen einen oder sogar „den systematischen Verknüpfungspunkt für Akteurs- und Systemperspektiven“ dar. „Weil die solide Faktizität der Zeit und ihre nichtsdestotrotz gesellschaftliche Natur ... unauflöslich miteinander verwoben sind, bilden Temporalstrukturen den zentralen Ort für die Koordination und Integration individueller Lebensentwürfe und ‘systemischer’ Erfordernisse und – insofern ethische und politische Fragestellungen sich im Kern darauf beziehen, wie wir unsere Zeit verbringen wollen – darüber hinaus auch den Ort, an dem sozialwissenschaftliche Strukturanalysen und ethisch-philosophische Frageperspektiven verknüpft werden können und müssen“ (Rosa 2005, 25 f.).

Während Sennetts Vorstellung von den Ursachen der modernen Beschleunigung sehr auf die Ökonomie fixiert sind, entwickelt Rosa ein komplexes Modell eines „Akzelerationszirkels“ (Rosa 2005, 243-310). Danach gibt es drei Formen von Beschleunigung, die sich gegenseitig steigern, und jeder dieser Formen ist zudem in diesem Modell ein externer Beschleunigungsmotor zugeordnet. Die erste Form ist die technische Beschleunigung, also die Verkürzung von Produktions-, Verkehrs- und Kommunikationszeiten. Ihr zugeordnet ist der ökonomische Motor, der in der Moderne dem Imperativ „Zeit ist Geld“ folgt. Die zweite Form von Beschleunigung ist die Beschleunigung des sozialen Wandels, also der Geschwindigkeit der Veränderung von Institutionen, Normen, Strukturen etc., die den Individuen vorgegeben sind und denen sie sich einfügen haben. Dass sich der soziale Wandel immer mehr beschleunigt, ist nach Rosa sowohl eine Folge der technischen Beschleunigung wie auch des im Modell extern zugeordneten sozialstrukturellen Motors der

„funktionalen Differenzierung“. Die dritte Beschleunigungsform, auf die es in unserem Zusammenhang hauptsächlich ankommt, ist die Beschleunigung des Lebenstempos. Gemeint ist damit sowohl die objektive Verkürzung von Handlungs- und Kommunikationsakten als auch das subjektive Gefühl, dass alles immer schneller geht, obwohl ja eigentlich aufgrund der technischen Beschleunigung immer mehr Zeit und Muße zur Verfügung stehen müsste. Auch die Beschleunigung des Lebenstempos wird doppelt verursacht: Einmal im Inneren des Akzelerationszirkels durch die Beschleunigung des sozialen Wandels, weil sich für die Akteure mit dem zunehmenden sozialen Wandel die Stabilität von Zeithorizonten verkürzt bzw. ein wachsendes Auseinanderfallen von „Erfahrungsraum und Erwartungshorizont“ stattfindet. Die Akteure befinden sich gewissermaßen in der Situation des „Stehens auf rutschenden Abhängen“ (ebenda, 249). Als zweiten Beschleunigungsfaktor, den externen, nennt Rosa den „kulturellen“ Motor: die für die Moderne kennzeichnende so genannte „Verheißung der Beschleunigung“. Weil in der Moderne der Glaube an ein Leben nach dem Tod abhanden gekommen ist, das Leben quasi als „letzte Gelegenheit“ (Marianne Gronemeyer) gilt und sich gleichzeitig die Schere zwischen „Welt- und Lebenszeit“ (Hans Blumenberg) immer mehr öffnet, geraten die Individuen in existenzielle Zeitnöte, weil sie versuchen, in ihre Lebenszeit möglichst viel Leben hineinzupacken und dabei zudem keine Prioritätenordnung mehr zur Verfügung haben.

Welche Auswirkungen hat dieses komplexe Beschleunigungssystem auf die Selbstverhältnisse der Individuen, wie erzeugen sie den „flexiblen Menschen“? Rosa kennzeichnet die Identität des spät- oder postmodernen Menschen in Abgrenzung zum vormodernen und modernen Sozialcharakter: Die *vormoderne Identität* war eine Identität „*a priori*“, weil sie zutiefst in der dem Leben vorausgehenden bzw. transzendentalen Bestimmtheit begründet war. Die *moderne Identität* war eine Identität „*a posteriori*“, weil in diesem Weltbild die Individuen dazu bestimmt waren, selbst etwas aus ihrem Leben zu machen, ihr Leben quasi zu verzeitlichen. Aufgrund der umfassenden Beschleunigung aller äußeren und inneren Verhältnisse ist diese Form der Identität jedoch nicht mehr durchhaltbar. Es entwickelt sich eine Form von Identität, die Rosa „*situativ*“ nennt und die er durch eine „Verzeitlichung der Zeit“ begleitet sieht. Menschen sind nicht mehr bei bestimmten Firmen beschäftigt und haben oft keine Berufe mehr, sondern sind gerade an einem bestimmten Ort mit einer bestimmten Tätigkeit beschäftigt. Und sie gehören auch nicht einer bestimmten Konfession an, sondern konstruieren sich ihre letzten Sinnbezüge selbst, so wie sie zur momentanen Situation am besten passen. Alle Persönlichkeitsmerkmale sind in der Spät- und

Postmoderne tendenziell mit einem „Zeitindex“ zu versehen (Rosa 2005, 364), das Leben wird zum „Projekt“ umgestaltet (ebenda, 366), die Subjekte werden zum „Spieler“ (ebenda, 369).

Die Individuen werden dazu gezwungen, Zeithorizonte und –perspektiven permanent synchron und diachron flexibel und variabel zu halten. „Wo Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft immer wieder neu und situativ verknüpft und gedeutet werden, ändert sich auch die Konzeption dessen, wer man war, ist und sein wird, stets aus Neue“ (ebenda, 371).

Festzustellen ist eine Gegenwartsschrumpfung: „Wenn die Vergangenheit durch das definiert ist, was überholt ist bzw. nicht mehr gilt, und die Zukunft das bezeichnet, was ganz anders sein wird, dann dehnen sich beide auf Kosten der tendenziell zur Grenzlinie schrumpfenden Gegenwart immer weiter aus; Gewissheiten und Planungssicherheiten nehmen entsprechend ab“ (Rosa 1999, 410). War die lineare Zeit noch geprägt durch das Paradigma von Sequenz/Aufeinanderfolge, liegt nun ein Trend zur punktuellen Zeitbestimmung vor, dient die abstrakte Zeitorganisation dazu, simultan ablaufende Ereignisse miteinander zu koordinieren. Tendenziell verliert die Vergangenheit als Referenzpunkt massiv an Bedeutung, die Zukunft wird als ehemals offener Horizont in die Gegenwart aufgesaugt. „Sachzwänge determinieren die nächste Zukunft, radikale Unsicherheit über die daraus hinausliegende Zeit machen es sinnlos, allzu viel darüber nachzudenken“ (Mittendorfer 1998, 233).

Vor diesem Hintergrund scheint es auch schwieriger geworden zu sein, ein Selbst zu sein, das von der Gegenwart kontinuierlich in die Vergangenheit reicht und in die Zukunft greift. Dieses Zeitverständnis findet seine Entsprechung in einer Identität, die auf Kontinuität mit der Vergangenheit und auf Zukunftsentwürfe keinen Wert zu legen braucht. „Die Selbstdefinition ist tendenziell punktuell, isoliert vom vorher und nachher“ (ebenda 1998, 242). „Wenn aber die Vergangenheit ohne Belang und die Zukunft ohne Bedeutung ist, dann kann die Gegenwart nur beliebig sein“ (Kirsch 1995, 182).

Ausprägung und Gewichtung der Identitätsparameter ändern sich von Situation zu Situation. „Radikal situative Identität ist ... dadurch gekennzeichnet, dass ein Subjekt etwa in der Kirche gläubig und introvertiert, in der Beziehung 'soft und feminin', bei der Arbeit aber chauvinistisch und vitalistisch, auf der Friedensdemonstration pazifistisch-alternativ, in der Parteiversammlung aber militaristisch-aggressiv und atheistisch sein kann, ohne die damit verknüpften Inkonsistenzen als problematisch zu empfinden“ (Rosa 2005, S. 375). Im Gegenteil: Der Reiz des postmodernen Credos besteht im Grundsatz „Ich bin viele“ (ebenda,



siehe auch Kapitel II.4.6).

Die Pointe in Rosas Argumentation ist, dass mit dieser situativen Identität das hoch beschleunigte Leben im biografischen Vollzug seine Richtung verliert, es kann nicht mehr narrativ gedeutet und im Sinne einer Fortschritts- und Entwicklungsgeschichte rekonstruiert werden. „Das Leben bewegt sich nirgendwo hin, es tritt letztlich mit hohem (Veränderungs-) Tempo auf der Stelle“ (ebenda, 384), es kommt zum „*Rasenden Stillstand*“ (Paul Virilio) (ebenda, 385; Hervorhebung J. S.). Die Depression wird zur Signatur der Postmoderne (Alain Ehrenberg), denn die solchermaßen Stillgestellten haben für ihre Lebensenergie jegliches Ziel verloren (siehe auch Kap. II.3.2). Dies zeigt sich auch in der Politik: An die Stelle langfristiger Strategien geschichtsphilosophischer Konzeptionen und des Ringens zwischen Konservativen und Progressiven um die langfristige Gestaltung von Zukunft tritt das kurzfristige Reagieren auf immer schneller wechselnde Situationen, wobei sich die demokratische Konstituiertheit der Politik wegen ihrer spezifischen Eigenzeiten immer deutlicher als zeitlich inkompatibel mit der Dynamik des technischen und gesellschaftlichen Wandels erweist. „*Situative Politik* ist daher ein kollektives Korrelat zur spätmodernen Form situativer Identität“ (Rosa 2005, 418; Hervorhebung im Original). Der „Entzeitlichung des Lebens“ entspricht die „Entzeitlichung der Geschichte“ bzw. „das Ende der Geschichte“. Grenzenlose Beschleunigung an der Oberfläche, Erstarrung in der Tiefe – so gelangt das *Projekt der Moderne* als emanzipatorisches Projekt der bewussten Gestaltung von Gesellschaft zwangsläufig an ihr *Ende*. Die wahrscheinlichste Zukunft ist für Rosa die *Apokalypse*, sei es in Gestalt einer globalen und finalen ökologischen oder sozialen Katastrophe. Allerdings hält es Rosa unter Berufung auf Pierre Bourdieu für nicht ganz ausgeschlossen, dass eine „Soziologie“, wenn sie „tiefgehend“ und „konsequent“ genug ist, nicht eher ruht, bis sie Mittel anbieten kann, die den „der Gesellschaftsordnung immanenten Tendenzen“ entgegenwirken können (Rosa 2005, 490).

### **II.2.3 Vom „Rasenden Stillstand“ zur Fortsetzung der Evolution**

Will man sich mit Sennetts vagen kollektiven Selbstbesinnungshoffnungen und Rosas Katastrophenszenario aus zunächst praktischen Gründen nicht zufrieden geben, so muss, wie Rosa am Schluss selbst einräumt, *weiter gesucht* werden. Denn wenn es eine Chance jenseits der sich selbst aufhebenden und in eine globale Katastrophe mündenden Moderne geben soll und wenn eine fundamental-kritische Theorie, wie Rosa hofft, bei der Realisierung dieser Chance hilfreich sein soll, muss vor dem Hintergrund einer „temporalanalytischen

Zugangsweise“ (Rosa) die Frage gestellt werden, welchen fundamentalen Zeitmaßen sich das menschliche Leben verdankt und welche fundamentalen Zeitmaße deshalb – auch jenseits der Spät- und Postmoderne – praktische Anerkennung verdienen.

Bei genauerer Betrachtung zeigt sich, dass die Analysen von Sennett und Rosa zwei unterschiedene Defizite haben: Sie erlauben erstens keine Anschlüsse zum naturwissenschaftlichen Zeitdiskurs und zweitens keine Anschlüsse zum moralisch-ethischen Diskurs über die Begründung von Werten und Normen. Diese beiden Anschlussdefizite sind die Folge der ausschließlich soziologischen Perspektive, welche ganz auf die kognitiv-rationalen Interaktionsverhältnisse der Menschen fokussiert ist.

Zunächst zur fehlenden Verknüpfbarkeit zwischen sozialer Beschleunigung und naturalen Gegebenheiten. Aus Sennetts und Rosas Perspektive können keine Aussagen über die Begrenzung der Flexibilität durch die äußere und innere Natur des Menschen getroffen werden, da Natur und Naturzeit in der Begrifflichkeit der traditionellen Soziologie nicht vorkommen (vgl. Brandt 1998). Eine erste, praktisch-politische Konsequenz dieser Ausblendung von Naturverhältnissen ist, dass auf diese Weise die herrschende Problemverschiebungsmethode nicht hinreichend beschreib- und erklärbar ist - sie besteht darin, gesellschaftliche Flexibilisierungszumutungen einerseits auf den menschlichen Leib, andererseits auf die außermenschlichen Naturgrundlagen abzuwälzen. Diese politisch hoch bedeutsame Verschiebep Praxis sollte von einer radikalen wissenschaftlichen Analyse jedoch thematisiert werden können. Sennett und Rosa können nichts zur Klärung der Frage beitragen, wann die Flexibilitätszumutungen die Belastungsgrenzen sowohl des Leibes wie auch der ökologischen Lebensgrundlagen überschreiten und wie sich eine solche Überschreitung innerhalb der äußeren und inneren Natur des Menschen auswirkt. Sennett und Rosa können nicht zeigen, wie ihre soziologischen Grundkategorien systematisch einerseits mit biologisch-gesundheitswissenschaftlichen, andererseits mit ökologischen Grundkategorien verbunden werden können. Auch hat die Ausblendung der Natur zur Konsequenz, dass keine verwertbaren Erkenntnisse für jene Zeitpraxis gewonnen werden können, die sich alternativ zur Beschleunigungspraxis der kapitalistischen Moderne herauskristallisieren kann, die aber vor allem in der Frage nach der Be-/Entschleunigung und Flexibilisierung von Entwicklungen/Prozessen und Bewegungen aller Art ja weiterhin praktisch beantwortet werden muss. Ohne solche Erkenntnisse über jene Grundsachverhalte, welche kulturell-gesellschaftliche Großepochen überdauern, gibt es keine Kriterien an denen die aktuellen Zustände gemessen werden können.

Was die fehlende Anschlussstelle zum *präskriptiven Diskurs* betrifft, so muss zunächst die

grundsätzliche Schwierigkeit des Schließens vom Sein zum Sollen anerkannt werden. Der so genannte naturalistische Fehlschluss ist in der Tat ein ernst zu nehmendes Problem im wissenschaftlichen Diskurs. Allerdings sind wir der Dichotomie von Sein und Sollen nicht hilflos ausgeliefert und nicht zu einem radikalen Voluntarismus in Bezug auf Werturteile gezwungen, weil es, so das Argument des Kritizismus, einen indirekten Weg von der Deskription zur Präskription gibt: das so genannte Brückenprinzip. Werturteile können zwar nicht begründet, aber kritisiert werden, wenn sich zeigen lässt, dass ihre Realisierung faktisch unmöglich ist (Albert 1968/1991). Damit eröffnet sich auch im Bereich der moralisch-ethischen Argumentation eine Art Falsifikationismus, wie er im Bereich der deskriptiven Argumentation als Fortschritt gegenüber dem Verifikationismus bereits weithin anerkannt ist. Als Konsequenz aus einer solchen falsifikationistischen Grundhaltung muss angesichts konkurrierender Wert- und Normvorstellungen versucht werden, den Fokus der Analyse vom Sollen zum Können zu richten und die Unmöglichkeit der praktischen Umsetzung dieser Werte und Normen nachzuweisen. Genau hier wird das Defizit einer rein soziologischen Analyse deutlich, weil sie jene Verhinderungsgründe, die sich aus den leiblichen Voraussetzungen für menschliche Interaktionen ergeben, ausblenden. Wer nichts von der äußeren und inneren und damit der diese integrierenden leiblichen Natur des Menschen wissen will, kann aus dieser kritizistischen Perspektive auch keine Aussagen darüber machen, wie Menschen sich zu sich selbst und zu anderen verhalten sollen.

## **II.2.4 Fazit**

Bei Sennett und Rosa fehlen zwei für den wissenschaftlichen Erkenntnisfortschritt elementare Andockstellen. Die Diskurse brechen an den Nahtstellen „Soziales – Natürliches“ und „Sein – Sollen“ jäh ab. Für eine fundamental-kritische Theorie über Zeit, Flexibilität und menschliches Leben wäre hingegen die Erforschung von eigenzeitlichen Strukturen, Resonanzen und Synchronisationen nicht nur im Umgang des Menschen mit seiner eigenen Psyche und mit anderen Menschen nötig, sondern auch in Bezug auf den Umgang mit seiner eigenen inneren und der gemeinsamen äußeren Natur – und dies sowohl mit einem deskriptiv-analytischen wie mit einem präskriptiven Erkenntnisinteresse. Angesichts der Frage nach der Möglichkeit der Fortsetzung der Evolution und der Wünschbarkeit einer hierauf bezogenen menschlichen Praxis hat eine solche Wissenschaft nichts anderes anzubieten als eine „black box“.

Um Lebenszusammenhänge zu erfassen, vorsorglich und nachhaltig Zukunft zu gestalten,

kommt es darauf an, nicht nur die Technowelt und ihre Zeitmuster zu beherrschen, sondern auch Anschluss an unsere Leiblichkeit (wieder-) zu finden, uns nicht lediglich im Kultur-, sondern auch im Naturzusammenhang zu begreifen (Geissler/Adam 1998, 28).

Im folgenden soll nun ein psycho-analytischer Zugang zur Problematik des flexiblen Menschen gefunden werden, und zwar wie der Persönlichkeitstypus der Postmoderne psychonalalytisch zu verstehen und zu begreifen ist und in welcher Psychodynamik die gegenwärtigen Verhältnisse in den einzelnen wirken und die aktuellen Verhältnisse reproduzieren lassen.

## **II.3 Zum Selbstverständnis postmoderner Menschen**

Während in den vorangegangenen Kapiteln vor allem soziologische Perspektiven auf den "flexiblen Menschen" erörtert wurden, geht es im folgenden um Bewusstseins- und Handlungsformen der handelnden Subjekte innerhalb der postmodernen sozio-ökonomischen Struktur aus sozialpsychologischer Sicht. Die sozio-ökonomische Rückbindung an das gesellschaftliche Sein der Individuen bezieht sich dabei nicht allein darauf, *was* sondern auch *wie* etwas gedacht und wahrgenommen wird: "Jede Gesellschaft bildet durch ihre Lebensweise und die Art ihres Bezogenseins, Fühlens und Wahrnehmens ein System von Kategorien, das die Formen des Bewusstseins bestimmt. Dieses System arbeitet sozusagen wie ein gesellschaftlich bedingter Filter" (Fromm 1960, GA VI, 323).

Zunächst wird auf die dem Werk "Ich und Wir - Psychoanalyse des postmodernen Menschen" (2005) von Rainer Funk zugrunde liegende Frommsche Theorie des "Gesellschaftscharakter" eingegangen, bevor wichtige Veränderungen der Persönlichkeitsmerkmale des postmodernen Menschen in Form der "postmodernen Ich-Orientierung," seine Psychodynamik und die von Funk vorgeschlagenen Auswege beschrieben und diskutiert werden.

### **II.3.1 Die Vermittlung von Individuum und Gesellschaft im "Gesellschaftscharakter"**

Für Fromm ist das Vermittelnde zwischen gesellschaftlichem Sein und Bewusstseinsformen der "Gesellschaftscharakter" und die Existenzstruktur (vgl. Lukoschik 1990, 117). Mit „Gesellschaftscharakter“ als Grundbegriff seiner analytischen Sozialpsychologie meint Fromm "den Kern der Charakterstruktur, den die meisten Mitglieder ein und derselben Kultur miteinander gemeinsam haben, im Unterschied zum individuellen Charakter, in welchem sich Menschen ein und derselben Kultur voneinander unterscheiden" (Fromm 1955, GA IV, 59). Dabei geht es vor allem um die Funktion, "die Energien der einzelnen Mitglieder der Gesellschaft so zu formen, dass ihr Verhalten nicht von der bewussten Entscheidung abhängig ist, ob sie sich nach dem gesellschaftlichen Modell richten wollen oder nicht, sondern dass sie so handeln wollen, wie sie handeln müssen, und dass es ihnen gleichzeitig eine bestimmte Befriedigung gewährt, wenn sie sich den Erfordernissen ihrer Kultur entsprechend verhalten" (ebenda, 60). So zeichnen z.B. den Gesellschaftscharakter des 19. Jahrhunderts das Verlangen nach Arbeit, Vorliebe für Ordentlichkeit, Disziplin und

Pünktlichkeit, sein Wunsch "Konkurrenten zu übertreffen", die Ausrichtung am Profit und dessen Anhäufung sowie die Freude am Besitz (vgl. ebenda 66ff.) aus. Der Gesellschaftscharakter bildet somit den subjektiven "Kitt" (ebenda, 61) einer Gesellschaft. Darüber hinaus trägt er zu einem Identitätserleben der Individuen bei. Die Notwendigkeit der Funktionalität zwingt dem „Ich“ bestimmte Formen der Identität, bestimmte Weisen, sein Selbst“ zu definieren, auf (siehe auch Kapitel II.3.2). Dieses Selbst wiederum kann nur konstituiert werden, wenn damit ein bestimmtes Wahrnehmen, Denken und Verhalten in Bezug auf sich, andere Menschen und die Natur einhergeht.

Nach dem Frommschen Theorem des Gesellschaftscharakters führt jede grundlegende Veränderung in Wirtschaft und Gesellschaft auch zu einer Veränderung der Persönlichkeit - wobei allerdings unklar bleibt, wie die sich an die gesellschaftlichen Strukturen anpassenden Individuen diese auch selbst verändern können.

### **II.3.2 Das Menschenbild bei Fromm**

Der Prozess der Einverleibung des gesellschaftlich Erwünschten wird von den Individuen selbst vollzogen. So kennzeichnen nach Fromm den Menschen nicht bestimmte Eigenschaften und Wesensmerkmale (wie z.B. der Mensch als soziales oder politisches Wesen), sondern "Widersprüche, die aus seinen Möglichkeiten und Begrenztheiten resultieren und die immer wieder in ein neues Gleichgewicht gebracht werden müssen" (Funk 2005, 203). Typisch für den Menschen sind nach Fromm die über die körperlichen Bedürfnisse (nach Essen, Trinken, Schlafen, Sexualität) hinausgehenden psychischen Bedürfnisse nach Bezogenheit, Verwurzelung, Identitätserleben, Transzendenz des Vorfindlichen, einem Orientierungsrahmen und einem Objekt der Hingabe. Auch die psychischen Bedürfnisse verlangen bei allen Menschen „gebieterisch nach Befriedigung“ (Fromm 1941a GA 1, 383 zit. in ebenda). Ähnlich wie bei Befriedigung der körperlichen Bedürfnisse kann man auch bei psychischen Bedürfnissen ermitteln, welche Möglichkeiten ihrer Befriedigung zuträglich oder abträglich sind. Zuträglich sind nach Fromm jene, „die den Menschen psychisch wachsen lassen, d.h., die ihm zu einer differenzierten Wahrnehmung von sich und der ihn umgebenden Wirklichkeit befähigen, abträglich jene, die ihn in seiner Wachstumstendenz behindern bzw. das Wachstum vereiteln und in sein Gegenteil verkehren“ (ebenda, 204). Entsprechend des Menschenbildes der humanistischen Psychologie, wonach jeder Mensch ein kontinuierliches Potential für Wachstum und Integration besitzt, unterscheidet Erich Fromm zwischen „primären, das Wachstum

fördernden und sekundären, Wachstum verhindernden Möglichkeiten der Befriedigung von psychischen Bedürfnissen und deren Verinnerlichung in produktiven und nicht-produktiven Charakterorientierungen. 'Produktiv' heißt dabei, dass die spezifisch menschlichen Wachstumspotentiale aus dem Zustand der Potenzialität (des Vermögens) in den der Aktualität (des Tätigseins) 'hervorgeführt' (pro-ducere) werden“ (Funk 2005, 206). <sup>36</sup>Die produktive Orientierung wird von vornherein als „primäre Potenz“ (208) angelegt gesehen, welche versucht sich zu aktualisieren. Die primäre Möglichkeit zu wachsen kann behindert werden oder nicht zum Zuge kommen, wenn die alle gesellschaftlichen Sphären erfassenden wirtschaftlichen Erfordernisse den Menschen dazu bringen, Befriedigungsformen zu entwickeln, die nicht sein eigenes Wachstum zum Ziel haben, sondern das Funktionieren des gesellschaftlichen Zusammenhangs. Die Aktualisierung dazu notwendiger „sekundärer“ Eigenschaften ist gleichbedeutend mit der Ausbildung einer nicht-produktiven Charakterorientierung. Diese wiederum verstärkt die Entfremdung des Menschen von seinen primären Möglichkeiten, d.h. seine ihm innewohnende Entfaltungstendenz zu hemmen oder gar zu vereiteln (205f.). Das Eigene und die Eigenkräfte werden ihm fremd, weil er sie als hinderlich betrachtet und auf Distanz zu ihnen geht. Die Anpassung der psychischen Struktur an die sozio-ökonomischen Erfordernisse findet also auch dann statt, wenn die benötigten Bezogenheitsmuster und Leidenschaften den primären Entwicklungstendenzen des Menschen zuwiderlaufen.

Zur Bestätigung beruft sich Funk dabei auf die Aussagen des Neurowissenschaftlers Hüther, dass die Eigenkräfte des Menschen erst durch seine alltägliche Praxis zu Eigenschaften werden - oder auch nicht, wenn die Praxis der Entwicklung der Eigenkräfte entgegensteht. Genetische Potenzen zur Ausbildung eines zeitlebens lernfähigen, komplex vernetzten Gehirns können durch festgefahrene, sterile, emotional kalte Beziehungs- und Umwelterfahrungen in ihrer Aktualisierung behindert werden. Entscheidend ist nun nach Funk, ob der einzelne einen Zugang zu seinen psychischen Wachstumsmöglichkeiten hat oder ob ihm dieser Zugang mehr oder weniger durch eine - weitgehend gesellschaftlich produzierte - nicht-produktive Charakterorientierung versperrt ist.

Vor dem Hintergrund des Frommschen Menschen- und Gesellschaftsbildes nimmt sich Funk nun aus psychoanalytischer Sicht aktuell neuen Formen des Ich- und Wir-Erlebens an, welche durch die „Ich-Orientierung“ eines neuartigen Persönlichkeitstypus' geprägt sind, den es in dieser Verbreitung und öffentlichen Anerkennung als Modell eines zeitgemäßen Lebens bisher noch nicht gegeben hat: die postmoderne Ich-Orientierung.

---

<sup>36</sup> „Produktiv“ sein weist in diesem Verständnis nicht auf eine Ergebnis, sondern eher auf den Prozess hin, dass etwas hervor und zur Entfaltung gebracht wird (vgl. Funk 2005, 206).

### II.3.3 Die postmoderne Ich-Orientierung

Mit der „Ich-Orientierung“ ist eine „psychische Grundstrebung“ gemeint, die zunehmend das von postmodernen Lebensverhältnissen und Lebenswelten geprägte Denken, Fühlen und Handeln von Menschen kennzeichnet.

Die mit der neuen Ich-Orientierung zu beobachtenden Persönlichkeitsveränderungen zeigen sich vor allem bei jenen Menschen und Berufsgruppen, die mit der Inszenierung von Lebenswelten und ihrer Vermittlung zu tun haben: Das Spektrum reicht von Programmierern, Softwareherstellern und Web-Designern in der Informationstechnologie (IT)-Branche, über Berufe in Film, Funk und Fernsehen sowie in der Freizeit und Unterhaltungsindustrie, in den Printmedien, in der Werbebranche, in der Trend- und Zukunftsforschung, in der Milieu- und Konsumforschung, in den Marketingabteilungen von Wirtschaftsunternehmen und in den sog. Lebenswissenschaften, die sich anschicken, die Schöpfung zu verbessern und zu erneuern. Diese Berufsfelder stimmen nun weitgehend mit den Bereichen überein, in denen in gehäuftem Maße "flexible Menschen", "Arbeitskraftunternehmer", "unselbständig Selbständige" etc. zu finden sind. Gemeinsam ist allen „das Erzeugen einer Wirklichkeit, die selbstbestimmt und deshalb neu, anders und besser ist“ (Funk 2005, 56).

Er knüpft an die von Philosophen und Soziologen vielfach bereits beschriebenen Aspekte postmoderner Lebensweise: selbstbestimmtes und selbstverantwortete Politik der Lebensführung angesichts der Erosion kultureller Korsettstangen, Entgrenzung der individuellen und kollektiven Lebensmuster, Fragmentierung von Erfahrungen, Entstehung von virtuellen Welten und Gemeinschaften, Pluralisierung von Lebensformen und Milieus, Individualisierung im Widerspruch von Ego-Zentrierung und selbstbestimmten Gemeinschaftserfahrungen usw. (vgl. Keupp 2000, 116ff.).

Nach Funk besteht das Selbstverständnis des neuen Persönlichkeitstypus in der „freien, spontanen Ich-Setzung als Antwort auf eine Lebenserfahrung, die einerseits ungeahnte Möglichkeiten einer faszinierenden Selbsterzeugung von Wirklichkeit beinhaltet, andererseits eine sinnvolle Reaktion auf das Wegbrechen aller stützenden Strukturen und Wertorientierungen in Wirtschaft und Gesellschaft darzustellen scheint“ (ebenda, 10f.). Da dieses sozialpsychologische Phänomen auch im Zusammenhang mit postmodernen Lebenswelten und Lebensstilen zu sehen ist, spricht Funk im folgenden von der „postmodernen Ich-Orientierung“ (ebenda, 12).

Sie ist verbunden mit veränderten Wertvorstellungen und Selbstbildern, vom anderen, von



der Umwelt, von der Zukunft sowie von den eigenen Möglichkeiten und Grenzen. Der Postmodern-Ich-Orientierte strebt nach Funk „leidenschaftlich danach, frei spontan, unabhängig und ohne Begrenzungen durch Vor- und Maßgaben selbst bestimmen zu können“ (ebenda, 55). Die entscheidende Motivation ist die postmoderne<sup>37</sup> Lust an der selbstbestimmten, ich-orientierten Erzeugung seiner ihn umgebenden Wirklichkeit wie auch seiner selbst.

Eine Form der Flexibilisierung ist die Entgrenzung sämtlicher Lebensbereiche. Der postmoderne Ich-Orientierte nimmt nun diese Entgrenzung affirmativ in seiner Wahrnehmung bzw. Lebensweise auf, indem er sich zu allem hingezogen fühlt, was anders, unbekannt, ungewöhnlich, neu ist, gemäß dem Motto „Nichts ist unmöglich“. Für ihn sind Grenzen dazu da, „überschritten zu werden, ob im Bereich der Genforschung oder der Weltraumforschung, des Extremsports, der Spiritualität oder der Schamgrenzen. Der postmoderne Mensch fühlt sich zu allem fähig und ist zu (fast) allem fähig. Sein bewusstes Allmachtserleben drückt sich in Gefühlen der Stärke und des Selbstbewusstseins aus, die durch keinerlei Selbstzweifel oder Anflüge von Bescheidenheit getrübt werden. Je entgrenzter das Erlebnis, desto überzeugender und stärker wird es erlebt“ (ebenda, 162). Die Grundüberzeugung des postmodernen Ich Orientierten lautet „Lass dir von niemandem sagen, wer du bist. Du bist der, der *du* bist“ (ebenda, kursiv im Original). Seine Philosophie besteht darin: Nur in der spontanen und freien Selbstsetzung und Selbstinszenierung kann sich das Authentische und Eigene in Erfahrung bringen lassen. Alles ist beliebig, mit jedem und allem kann spielerisch umgegangen werden, es gibt nichts, was es nicht gibt, alles was geht, ist o.k., alles ist fließend und keiner hat das Recht zu sagen, was gut oder böse, richtig oder falsch, gesund oder krank, echt oder unecht, realitätsgerecht oder illusionär ist (vgl. ebenda).

Die Offenheit gegenüber Neuem, Exotischem und Fremdartigen ist besonders ausgeprägt. Das Andersartige eröffnet Zugänge zu bisher unbekannten eigenen Erfahrungen und Ich-Setzungen und hat daher einen stimulierenden Effekt auf die eigene Kreativität..

Der postmodern Ich Orientierte tritt in zwei Erscheinungsweisen auf: in einer „aktiven Anbieter-Persönlichkeit“ und einer „passiven Nutzer-Persönlichkeit“. Der aktive Postmoderne erzeugt aktiv seine Wirklichkeit, der passive Postmoderne taucht in die

---

<sup>37</sup> Postmodernes Denken wird so charakterisiert, dass es *die* Wirklichkeit als definitiv erkennbare, vorgegebene nicht gibt, sondern immer ein eigenes Konstrukt ist. Wollte man Wirklichkeit erkennen, gelte es, sie zu inszenieren und zu konstruieren, und zwar so, dass alles Vorgegebene ‘dekodiert’ und ‘dekonstruiert’ werde. Dies gilt auch für das Bild vom Menschen: Vorstellungen von Einheit, Kontinuität, Kohärenz, Entwicklungslogik oder Fortschritt werden in Frage gestellt (Funk 2005, 13).

erzeugte Wirklichkeit ein und hat passiv Anteil an ihr. Ersterer ist ein selbstbestimmter Anbieter, letzterer ein selbstbestimmter Nutzer von erzeugter Wirklichkeit (vgl. ebenda, 60ff.).

Beiden ist nach Funk gemeinsam, dass sie den Bezug zur Wirklichkeit und zu anderen Menschen zunehmend ohne Inanspruchnahme dessen, was dem Menschen an psychischen Eigenkräften und entwickelten Eigenschaften zu eigen ist, gestalten. „Unabhängig von individuellen Bindungswünschen und ohne Rückgriff auf die psychischen Eigentümlichkeiten des Menschen wird der Bezug zu allem, was außerhalb des eigenen Ichs ist, aktiv konstruiert und der Umwelt angeboten. Oder es wird versucht, zu einer solchen erzeugten Wirklichkeit Zugang zu bekommen und (passiv) in sie einzutauchen bzw. (interaktiv) Anteil an ihr zu haben“ (ebenda, 62).

Bezogen auf sich selbst definieren sich die Postmodern-Ich-Orientierten nicht aus dem, was sie sind oder geworden sind, was in ihnen steckt oder sie aus sich hervorbringen können, sondern „sie konstruieren ihr Selbst- und Identitätserleben ... frei und unabhängig von Merkmalen des Eigenen und von Eigentümlichkeiten. Ihr Selbsterleben geht sozusagen aus dem Nichts hervor, ist die pure Selbsterschaffung oder gar ‘die chronische Selbsterfindung’“ (ebenda, 63). List (1999) beschreibt ein derartiges Ich-Erleben treffend als „frei flottierendes Identitätserleben“, das an kein erkennbares Subjekt gebunden ist.

Funk differenziert nun Merkmale der postmodernen Ich-Orientierung und unterscheidet aktive und passive Ich-Orientierte, und zwar in ihrer Bezogenheit auf die äußere Wirklichkeit und andere Menschen, auf sich selbst und das Selbsterleben, auf Beruf und Arbeit sowie Freizeit- und Konsumverhalten, Bildung, Kultur und soziale bzw. politischer Verantwortung, Lebensstil und Alltagsästhetik, Wertorientierungen und Lebenskunst sowie Denk- und Wahrnehmungsmuster sowie Raum- und Zeiterleben. Im Folgenden sollen diejenigen jeweils unterschiedlichen Charakterzüge herausgegriffen werden, die besonders das Thema dieser Arbeit tangieren.

### **II.3.3.1 Persönlichkeitszüge der aktiven und passiven Ich-Orientierten**

**Auf die Welt bezogen** ist der aktive Typus geprägt von der Lust, Wirklichkeit neu zu erzeugen und als inszenierte Erlebnisswirklichkeit anzubieten (ebenda, 65). Die Welt darf keine begrenzende oder determinierende Funktion haben, sondern wird als beliebig verwendbarer Baukasten begriffen. Sobald etwas Grenzen setzt oder nicht in das Design der

Neukonstruktion paßt, nicht anregend ist oder gar leidvolle Möglichkeiten birgt, wird sie durch eine dank technischer Möglichkeiten medial oder virtuell inszenierte Wirklichkeit ersetzt. Die „Entgrenzung“ von Raum und Zeit oder die Überwindung vorgegebener biologischer, psychologischer oder sozialer Strukturen ist insgesamt von großem Reiz. Den passiven Typus motiviert analog, Wirklichkeit nach eigenem Gusto neu und anders zu erleben. Er ist frustriert über Grenzen setzende, enttäuschende und krankmachende Bedingungen. Er hat den ausgeprägten Drang, zu den selbstbestimmten Wirklichkeiten Zugang zu haben, dabei zu sein, dazu zu gehören, im Trend zu liegen, Kunde zu sein (ebenda, 77f.).

**Bezogen auf andere Menschen** schließt die selbstbestimmte und unkonventionelle Art des aktiven Typus alle Beziehungen aus, „die auf Pflichtgefühl und emotionalem Verbundensein aufbauen und Rücksicht oder Verbindlichkeit verlangen“ (ebenda, 66). Erwartungen des anderen sind beziehungsschädigend. Die Unverbindlichkeit beinhaltet zwar ein hohes Maß an Toleranz, an Achtung vor dem anderen sowie an Kooperationsbereitschaft und Fairness, aber auch an Gleichgültigkeit gegenüber allem, was keinen Unterhaltungswert hat. Der aktive Postmoderne ist sehr kontaktfreudig, wobei Kommunikation vor allem Selbstinszenierung und Offerieren von Erlebnissen unter Ausschluss von Bindung und Nähe bedeutet. Auffällig ist der Umgang mit zwischenmenschlichen Schwierigkeiten und Problemen. Jede Kritik an sich wird verleugnet oder gemieden, indem eine neue Beziehungswirklichkeit geschaffen wird. Trennungen bedeuten dabei keine Verluste, die einsam und traurig machen können, sondern Beendigung von Projekten, die der selbstbestimmten Weiterentwicklung eher dienlich sind.

Den passiven Ich-Orientierte zeichnet aus, dass er mit anderen Menschen selbstbestimmt verbunden, verknüpft, verkabelt und vernetzt sein will, ohne Verbindlichkeiten wahrnehmen oder verantwortlich sein zu müssen. Man will zu den Menschen gehören, die zu einem passen, ohne gebunden zu sein.

**Das Identitätserleben** ist dadurch geprägt, dass der aktive Ich-Orientierte sich selbst konstruiert und in seiner Selbstinszenierung erlebt, was um so mehr gelingt, je weniger er mit vorgegebenen oder erwarteten Eigentümlichkeiten zu tun hat. Authentisch ist, „wer sich immer glaubwürdig inszeniert und ohne Rücksicht auf Eigenes immer sagt, was er denkt“ (ebenda, 67). Der postmoderne Ich-Orientierte ist jener Charakter, der definitiv keinen klar konturierten Charakter hat, ein Mensch ohne Eigenschaften. Er selbst sein heißt, sich mit seiner freien Ich-Erzeugung anzubieten, das eigene Selbsterleben aus dem Nichts zu konstruieren, ohne auf ein vorgegebenes Ich zurückzugreifen. (68) Widersprüche ausleben

zu wollen und seinen Gefühlen freien Lauf zu lassen, um mit seiner Gefühlsstärke, Sinnlichkeit und Emotionalität eine Sentimentalität zu erzeugen, die sein Selbsterleben zum Event für andere machen, die hysterische Art, sich selbst zu inszenieren -, all dies wird gleichzeitig relativiert durch eine große Flexibilität und Offenheit für alles Neue und andere, durch einen risikobereiten Willen, die eigenen Grenzen zu überschreiten, sowie durch ein hohes Maß an Selbstironie und die Fähigkeit zur Selbstdistanzierung. Mit negativen Selbstgefühlen geht er offensiv um, wenn sie sich als Erlebnisangebote nutzen lassen, wenn nicht, werden Angst- Scham- und Schuld- Minderwertigkeitsgefühle, Ohnmacht und Einsamkeit aus dem Erleben verdrängt, indem statt dessen positive Selbstwahrnehmungen inszeniert werden (ebenda, 68).

Der passive Ich-Orientierte will ganz er selbst sein, indem er eine angebotene Ich-Erzeugung nutzt, an ihr teil hat und mit ihr verbunden ist, ohne sie sich zu eigen zu machen. Während das Ich-Erleben des aktiven Ich-Orientierten Produkt einer Ich-Setzung ist, ist dasjenige des passiven Ich-Orientierten Produkt eines Wir-Erlebens durch die Teilnahme an und dem Konsum von inszenierten Erlebniswelten. Das Wir-Gefühl erhält die Funktion, das Ich erlebbar zu machen. Angesichts negativer Selbstwahrnehmungen wechselt der passive Nutzer in Gefühlsangebote, die ihm positive Wahrnehmungen ermöglichen, notfalls mit stimulierenden Wirkstoffen (ebenda, 81).

**Berufliches Selbstverständnis** sowie Freizeit- und Konsumverhalten definieren sich für den aktiven Ich-Orientierten vor allem von den Werten und Normen her, die Wirtschaft und Gesellschaft derzeit antreiben: die Machbarkeit des Lebens und die Produktion von Märkten und Wirklichkeiten in Form von Lebensstilen, Lebens- und Erlebniswelten: Produktion und Vermarktung von Informationen, Wissen, Unterhaltung, Kunst, Kultur und Gefühlen. Er genießt es ein Macher zu sein, ist intrinsisch motiviert, risikobereit und arbeitet hart und lang. Er begreift sein jeweiliges Arbeitsprojekt als zeitlich begrenztes Projekt der Selbstverwirklichung.

Die berufliche Arbeit definiert sich beim passiven Ich-Orientierten bevorzugt durch Zugehörigkeit zu einer Betriebsfamilie und die Identifikation mit der Betriebsphilosophie, wichtig sind ihm entsprechende betriebliche Angebote. Je unwohler sich ein passiver Ich-Orientierter bei seiner Arbeit fühlt, desto eher wird sie als notwendiges Übel zum Zwecke des Privatlebens und der Freizeitgestaltung absolviert.

**Soziales Engagement** geschieht bei den einen, um aktiv etwas zu verändern, nicht aber aus einem Gefühl der Verbundenheit oder aus sozialem Gewissen (ebenda, 70). Bei den anderen ist es zwar weitgehend von der Lust am Mitmachen und Dabeisein bestimmt, auf den

zweiten Blick hängt aber Sozialität, Solidarität und Verantwortungsgefühl des postmodernen Nutzertypus stark vom Erlebniswert des Engagements ab, der - wird er nicht erfüllt, zu Frustrationen und Rückzug führt (85).

Ein auffälliges Merkmal **postmodernen Lebensstils** besteht in seinem Eventcharakter. Alles wird zum Ereignis, zum Erlebnis, zum Fest und zur Feier: die Essenseinladung, die abendliche Grillparty, der sonntägliche Ausflug mit dem Fahrrad, der Besuch eines Erlebnisbades usw.

Entsprechend seiner Grundhaltung grenzt sich der aktive Ich-Orientierte von vorgegebenen Wertorientierungen ab, indem er sie konterkariert und in seiner freien und selbstbestimmten Wertsetzung ihrer Idealität (und damit der impliziten Verbindlichkeit beraubt). Die aus der Ich-Orientierung resultierende Verbindlichkeit von Werten ist - eben weil sie ich-gesetzt - jederzeit änderbar. Alles was die selbst gesetzte Wertorientierung durch Bindungen Vorgaben und Erwartungen behindert, wird in Frage gestellt. So will er auch selbst Schöpfer seiner Religiosität und Spiritualität sein, indem er die Welt des Alltäglichen und Notwendigen und das eigene Selbst auf eine höhere Wirklichkeit hin transzendiert: "er will Erfahrungen der Unmittelbarkeit machen den Augenblick genießen und im Hier und Jetzt leben sowie die Grenzen von Raum und Zeit durch religiöse Übungen und Praktiken überwinden" (ebenda, 74). Für den passiv Ich-Orientierten gilt Ähnliches aus der Nutzer-Perspektive: die Erlebnisangebote müssen so beschaffen sein, dass man eintauchen kann in geschaffene, simulierte, neue inszenierte Welten und dadurch auch Verbunden-Sein herstellen (ebenda, 86).

Signifikant ist die **Veränderung von Denk- und Wahrnehmungsmustern** beim aktiven wie beim passiven Ich-Orientierten. Das Denken orientiert sich nicht mehr an Ursache-Wirkungskategorien und an einer kausal-logischen, sinnvollen Zuordnung von Fakten, an Gedanken und Sinnentwürfen, sondern sammelt unterschiedliche Erkenntnisse, um das von vorgegebenen Bedeutungszusammenhängen Befreite neu zu assoziieren, zu kombinieren und zu konfigurieren. „Das assoziative Denken kennt keinen Anspruch mehr, stringent und stimmig zu sein und einen objektivierbaren und allgemein verbindlichen Bedeutungsgehalt ermitteln zu wollen außer dem selbstgesetzten. Inkohärentes und inkonsistentes Denken ist daher oft ein besonderes Qualitätsmerkmal postmoderner Denkmuster“ (ebenda 74). Postmodernes Wahrnehmen zeichnet sich durch zwei Besonderheiten aus: die Bevorzugung visueller Wahrnehmung und das Angewiesen-Sein auf rasch folgende Reize. Ersteres führt dazu, dass kaum noch innere Vorstellungsbilder evoziert werden. Letztere Wahrnehmung

kann kaum noch verarbeitet, sondern allenfalls erlebt werden, so dass Funk von einer „kaleidoskopischen Wahrnehmung“ spricht, in der es nur eine zufällige Abfolge von eindrucksvollen Bildern gibt, ohne dass eine innere Logik erkennbar oder herstellbar wäre. Auch das Raum- und Zeit-Erleben ist von dem Wunsch nach Souveränität und Entgrenzung bestimmt: „Mobilität ist Ausdruck der Souveränität über den Raum und die Voraussetzung dafür, den Lebensraum zum Erlebnisraum für sich und andere machen zu können. Souveränität und Entgrenzung beim Umgang mit der Zeit zeigen sich sowohl in der Vernichtung von Dauer (als zeitlicher Erstreckung) durch Beschleunigung und Schnelligkeit oder durch ‘Relaxing’, ‘Entschleunigung’ und durch die ‘Entdeckung der Langsamkeit’ als auch im Streben nach Zeitlosigkeit und einem Leben im Hier und Jetzt“ (ebenda, 78). Grundsätzlich wird alles Vergangene als zu Vergessendes und alles Überkommene als Fremdbestimmung betrachtet. An die Stelle geschichtlichen Gewordenseins tritt „eine Selbsterschaffung in perpetuierenden ahistorischen Gegenwärtigkeiten, die keine verbindliche Historie, sondern nur schlüssige Narration von Szene zu Szene verlangt“ (Frank-Rieser 2002, 53, zit. in Funk 2005, 76). Zukunft wird ins Heute/Jetzt verlagert, soziale und gesellschaftspolitische Zukunftsentwürfe oder ökologische Konzepte der Nachhaltigkeit sind obsolet und ideologieverdächtig.

### **II.3.3.2 Psychoanalyse und postmodernes Denken**

Während aus soziologischer und sozialpsychologischer Sicht eine Vielzahl von Beschreibungen postmoderner gesellschaftlicher Verhältnisse vorliegen, gibt es bisher nur wenige Versuche, die Psychodynamik des neuen Persönlichkeitstypus herauszuarbeiten. Das postmoderne Denken hat mit der Psychoanalyse gemeinsam, dass beide „generell an Vorgegebenem und Behaupteten zweifeln und beide auf die Dekodierung, Demaskierung und Relativierung dessen setzen, was als ‘natürlich’, sachgemäß’ und als ‘gesunder Menschenverstand’ ausgegeben wird“ (Funk 2005, 13). Im Unterschied zum postmodernen Denken, das "meist zu keiner tieferen anderen Wirklichkeit vorstoßen will" und in einem solchen Vorgehen eher "eine Bevormundung durch Aufklärung und Moderne sieht" (ebenda), geht jede psychoanalytische Persönlichkeitstheorie davon aus, dass es hinter dem bewussten Denken und Wahrnehmen der Realität noch ein anderes - verhülltes, entstelltes, verfremdetes, unbewusstes - Erleben der Realität gibt, das es aufzudecken gilt. Die typischen Verhaltensreaktionen des Menschen "sind durch psychische Antriebskräfte (dynaméis) mitbestimmt, die dem Verhalten eine ganz bestimmte bewusste oder auch

unbewusste Leidenschaftlichkeit verleihen und zugleich der Grund für ein relativ persönlichkeitskonformes (= charakterliches) Verhalten sind“ (Funk 2005, 13). Darüber gibt es für sie Gründe, warum bewusstes und unbewusstes Erleben manchmal verschieden sind. Ist diese Charakterorientierung in ihrem leidenschaftlichen Wollensausdruck unbewusst, läßt sie sich nur über eine Deutung von Verhaltensmerkmalen ermitteln. Psychoanalyse versucht, Verhalten ‘psychodynamisch’ von solchen psychischen Antriebskräften her zu erklären (ebenda, 15). So stecken z.B. - psychoanalytisch gesehen - hinter den zur Schau gestellten Allmachts- und Stärkephantasien „Reaktionsbildungen für seine unbewussten Gefühle von Ohnmacht und Schwäche“ (ebenda, 162). Und es gibt denn auch kaum ein Gefühl, das postmoderne Ich-Orientierte so meiden wie das Gefühl der Ohnmacht.

### **II.3.3.3 Psychodynamik des postmodernen Charakters**

Nach Funk kulminiert in der Ich-Orientierung eine schon länger andauernde Entwicklung: Postmodernens Ich-Erleben ist dadurch charakterisiert, dass anstelle von menschlichen Kompetenzen "gemachte" Kompetenzen treten. Der Mensch hat mit seinen Produkten etwas geschaffen, mit dem er um vieles mehr vermag als mit dem eigenen menschlichen Vermögen, z.B. mit dem Vermögen von Technik, Steuerungsinstrumenten und Programmen (ebenda, 105). Die psychologisch relevante Veränderung besteht darin, dass er auf Schritt und Tritt erfährt, dass er besser, vermögender, erfolgreicher ist, wenn er 'gemachtes' Vermögen und Techniken zum Einsatz bringt, statt etwas aus eigene Kräften zu tun. Zugleich ist ein Grundprinzip der warenproduzierenden Gesellschaft, mit Waren menschliche Bedürfnisse zu befriedigen und damit dem Menschen zu suggerieren, dass die Nutzung "gemachten" Vermögens um vieles wertvoller und sinnvoller ist als der Rückgriff auf menschliche Fähigkeiten. Eigene Kompetenzen und selbst hergestellte Wirklichkeit werden damit entwertet. "Eben weil die Entwertung der menschlichen Kompetenzen so umfassend ist, wird sie immer häufiger durch eine ich-orientierte Charakterbildung kompensiert, bei der die technischen und 'gemachten' Möglichkeiten idealisiert werden, an deren Vermögen man dadurch Anteil zu bekommen versucht, dass man mit Hilfe der digitalen und medialen Techiken selbst Wirklichkeit erzeugt oder eine derart erzeugte Wirklichkeit sich aneignet und nutzt" (ebenda, 110). Das Verführerische an der Nutzung des Gemachten besteht darin, damit selbstbestimmt eine faszinierende Wirklichkeit schaffen und kreativ sein zu können, ohne auf vorgegebene Eigenkräfte zurückgreifen zu müssen. Indem menschliches Vermögen durch "gemachtes" ersetzt wird, kommt eine Dynamik in

Gang, die eine nicht-produktive Orientierung erzeugt. Statt vom Gebrauch der eigenen Fähigkeiten wird das Ich-Erleben vom Gebrauch seiner Produkte bestimmt. Es ist, anders als das "menschliche" Vermögen, dem Menschen immer äußerlich.

Das postmoderne Ich nimmt nicht sich selbst mit seinen ihm eigenen körperlichen, seelischen und geistig-intellektuellen Eigenschaften und mit seinen Differenzierungsfähigkeiten (Ich-Funktionen) wahr, um sich durch die Praxis dieser Ich-Kompetenzen zu erleben; vielmehr nimmt es die ...geschaffenen Produkte und deren intrinsisches Vermögen wahr, um durch deren Gebrauch sich als Wirklichkeit zu erleben" (ebenda, 134). Der Ich-Orientierte verleugnet sein menschliches Vermögen und projiziert es auf das Vermögen der von ihm geschaffenen Dinge als sein Eigenes. Sowohl der aktive, wie der passiv Ich-Orientierte der Postmoderne sind deshalb "unproduktive" Menschen.

Zusammengefasst sind damit nach Funk folgende "Fehlkonstruktionen" der postmodernen Charakterorientierung verbunden:

- die Entwertung von allem, was Anstrengung und Disziplin erfordert und die Idealisierung von Wellness und Leichtigkeit
- die Verdrängung unentrinnbarer Wirklichkeitsaspekte wie Krankheit und Leid, altersbedingter Leistungsverminderung, der Bewältigung von Krisensituationen sowie die Suggestion der Machbarkeit ewiger Jugend, aggressions- und leidfreier Selbstentwicklung
- Ausblenden von Gefühlen wie Ohnmacht, Passivität, Schwäche, Hilflosigkeit und Isolierung
- die Verleugnung negativ erlebter Grundaffekte wie Angst, Schuld und Scham sowie das kontraphobische Ausleben von Angstfreiheit, Schuld- und Gewissens- und Schamfreiheit
- Vermeidung der Konfrontation mit Kritik und kritischen Situationen und die Suche nach Harmonie und Risiko
- das Vermeiden frustrierender Realitäten und Enttäuschungen zugunsten illusionärer Wirklichkeiten
- Unlust gegenüber allem, was abhängig und angewiesen macht, Lust an der Kontrolle über sich, andere und das "gemachte" Vermögen (ebenda, 213).



#### II.3.3.4 Der produktive Ich-Orientierte

„Ob ein Mensch das Bedürfnis nach Bezogenheit mit einführenden, liebenden, fürsorglichen Charakterzügen befriedigt oder mit distanzierenden, aggressiven oder gar vernichtenden“ (206), ist abhängig von der produktiven bzw. nichtproduktiven Orientierung seines Charakters. Nur wer aus seinem "menschlichen" Vermögen schöpft, kann seine körperlichen, geistigen und seelischen Kräfte zur vollen Entwicklung führen. Funk nennt diesen Menschentyp einen "produktiv Postmodernen". Nur der produktive Mensch gelangt zu "produktiver Vernunft (womit er die Fähigkeit zu einer realitätsgerechten Wirklichkeitswahrnehmung meint), produktiver Liebe (die Fähigkeit zu liebender Bezogenheit bei Wahrung der Unabhängigkeit) und zu produktiver Arbeit (die Fähigkeit zu schöpferischem Handeln) (ebenda 210ff.).

Um von der unproduktiven zur produktiven Ich-Orientierung zu gelangen, bedarf es der Fähigkeit, das eine vom anderen zu unterscheiden und wie man sich ggf. eine Partnerschaft zwischen gemachtem und menschlichem Vermögen vorstellen kann.

Aus dem Gefühl heraus, dass ihnen etwas fehlt, greifen Menschen in vielerlei Form zur Selbsthilfe: durch Bewegung und Sport, Therapien und Selbsthilfegruppen, in Kreativitätswerkstätten, Chören, spirituelles Selbsterleben durch Meditation, Tai-Chi, Yoga, autogenes Training, Aikido etc.

Zum anderen ist eine produktive Charakterorientierung an ihrer Wirkung zu erkennen. Produktivität als Praxis menschlichen Vermögens ist aktivierend, energetisierend, sozialisierend, persönlichkeitsintegrierend, sinnstiftend, schöpferisch und ich-stärkend (ebenda 214ff.).

Für Funk bleibt nur ein Weg, der Illusionierung und den Schmerzen der Desillusionierung zu begegnen: "die eigenen körperlichen, seelischen und geistig intellektuellen Eigenkräfte zu praktizieren und mit ihnen auf dem Boden einer bedrückenden und faszinierenden Realität zu bleiben" (ebenda, 236).

### II.3.4 Fazit

Funk verbindet in seiner Theorie der Psychoanalyse des postmodernen Menschen Elemente der humanistischen Psychologie, d.h. der Kernhaftigkeit des Selbst und seiner (von außen eingeschränkten) Wachstumspotentiale, mit der phänomenologischen Beschreibung des Selbst- und Fremdverständnisses und der Befindlichkeiten postmoderner Menschen und ihrer Psychodynamik aus psychoanalytischer Sicht. Er arbeitet so sehr anschaulich heraus, wie und mit welchen Charaktermerkmalen Menschen auf psychischer Ebene den postmodernen Gesellschaftscharakter reproduzieren. Kritisch ist anzumerken, dass Funk immer wieder Bilder einer Dualität gebraucht, deren Pole miteinander inkompatibel sind:

Auf der einen Seite spricht er des öfteren von *der* kapitalistischen Wirtschaft, die die Menschen dazu drängt, ihre Ich-Kompetenzen zugunsten des "gemachten" Vermögens aufzugeben, auf der anderen Seite steht das Idealbild eines produktiven Charakters, existieren offenbar auch Möglichkeiten, als produktiver Mensch inmitten der allseitigen Entfremdung zu fungieren.

Offen bleibt, wie das eine sich mit dem anderen vermittelt, wie die dem entgrenzten Machbarkeitswahn verfallenen postmodernen Ich-Orientierten ihre Entfremdung erkennen, wie sie von der "unproduktiven" zur "produktiven" Ich-Orientierung gelangen können; d.h. wie sie die Zwänge der zugemuteten Charakterorientierung ablegen können und wie ggf. beide Formen koexistieren bzw. in Mischformen Widersprüche gelebt werden können.

Es fällt auch auf, dass Funk das "Gemachte" grundsätzlich als negativ für die menschliche Persönlichkeitsentwicklung darstellt. Aus der Entwicklungstheorie ist bekannt, dass Menschen ihre leiblichen, d.h. intellektuellen und körperlichen Fähigkeiten in der Auseinandersetzung mit der Natur und mit anderen Menschen entwickeln - sie eignen sich Fähigkeiten aus der Palette des gesellschaftlich Vorfindlichen an, sie wachsen an der Sache bzw. am Gegenüber, sie entwickeln und realisieren ihre Potentiale - natürlich auch mit der Möglichkeit, dass Chancen eingeschränkt sind oder nicht wahrgenommen werden (können).

Ein weiteres mit dem beschriebenen Dualismus zusammenhängendes Problem sehe ich in Fromms und Funks Menschenbild eines in Schichten aufgebauten Menschen. Sie unterscheiden eine primäre, das Wachstum fördernde, und eine sekundäre, das Wachstum verhindernde Potenz. Diese Unterscheidung baut auf der Theorie eines reinen, unverfälschten und authentischen Kernselbst, das durch die gesellschaftliche Entwicklung

zunehmend vom Eigenen und seinen Eigenkräften entfremdet wird. Die Implikationen dieser Theorie werden im nächsten Kapitel kritisch erörtert.

Um der Entfremdung der Postmoderne zu entkommen, wird auf Selbsthilfegruppen, therapeutische und Selbstfindungsangebote etc. gesetzt - vor allem orientiert auf die Selbstveränderung der einzelnen. Es geht aber immer um Verhalten in Verhältnissen, d.h. das Leben und Erleben, Hinnehmen oder Verändern des Alltags in seinem jeweiligen Milieu, in Familie, Betrieb und sozialen Bezugsgruppen, d.h. im sozialen Zusammenhang. Die sozialisierende Wirkung der produktiven Charakterorientierung ist zwar Postulat, offen bleibt die Form, in der sie sich entfalten kann.

Schließlich fehlt in der Erörterung der postmodernen Ich-Orientierung das Leibliche als Ursprung und Resonanzfeld natürlicher und sozialer Beziehungen. Es kommt nur vor im Verweis auf Selbsthilfe als Kontrapunkt zum bewegungsarmen und entfremdeten Alltag und in der Rückbesinnung auf die eigenen Kräfte durch Meditation, Entspannung etc.

## **II.4 Die aktuelle Identitätsdebatte**

Angesichts neuer Produktions- und Steuerungsmethoden und einer widersprüchlichen Subjektivierung der Arbeit stehen offenbar Selbstkonzept und Selbstbild, die je subjektive Kontinuität und Kohärenz, das Zusammenhalten der eigenen Person in Frage. Konzeptionen von Identität implizieren bestimmte Menschenbilder, die wiederum für pädagogisches, therapeutisches oder förderndes Herangehen unterschiedliche Konsequenzen haben. Im folgenden soll daher die aktuelle Debatte um Identität skizziert werden.

Ganz allgemein geht es beim Begriff der Identität um die Frage, wie sich Menschen im Verlauf des Lebens, in unterschiedlichen Lebensphasen, in verschiedenen Situationen und Lebensfeldern sowie in wechselhaften und oft krisenhaften Entwicklungsprozessen als ein- und dieselbe Persönlichkeit erfahren. Die aktuelle Diskussion dreht sich darum, den unscharfen Identitätsbegriff gegenüber verwandten Begriffen wie Selbst, Ich-Identität, Subjekt, Selbstverständnis etc. abzugrenzen und begriffliche Klarheit und Systematisierung der Begriffsdimensionen zu schaffen. Übersetzt in die Frage nach der Konstituierung eines Selbstverhältnisses und -verständnisses reichen dabei die Antworten von einem unbeirrbaren Festhalten an einem als autonom und monolithisch, kernhaft verstandenen Subjekt bis zu dessen vollständiger Verabschiedung als "Netzknoten" im Kontext postmoderner Diskurse (vgl. Barkhaus u.a. 1996, 316f.). Es geht letztlich um eine Kontroverse über anthropologische Prämissen; was auf dem Spiel steht, ist die Gültigkeit einer Überzeugung, die zum selbstverständlichen Wertebestand neuzeitlicher Zivilisation gehört: dass ein unverbrüchliches und verlässliches Fundament des (individuellen) Subjekt- oder Personseins vorhanden und begründbar ist. Die Krise des heutigen Subjektes besteht darin, dass die Gültigkeit dieser Überzeugung zutiefst erschüttert ist (Lesmeister 2007, 5). Kritik an der klassischen Subjekt-konzeption wird vor allem von postmodernen Autoren geübt, die der Vorstellung eines kernhaften Selbst die Konzeption eines pluralen Selbst entgegensetzen.

Im folgenden werden traditionelle und postmoderne Subjektauffassungen vorgestellt, die in Kapitel IV.1.6.2 mit einer phänomenologischen Sichtweise konfrontiert werden.

## II.4.1 Das Kernselbst

Ein in weiten Bereichen der humanistischen Psychologie und vielen Therapieformen vertretenes Subjektmodell ist - wie am Beispiel der Theorie der **postmoderne Ich-Orientierung von Funk beschrieben** - das eines "kernhaften" Selbst. Zunächst entsteht ein Innen, das ursprünglich, gut oder wahr, gesund, im Einklang mit der Natur, echt, authentisch und fähig zur Selbstregulierung ist. Die soziale Umwelt erscheint grundsätzlich destruktiv, (egal ob die Theoriebildung ein Konfliktmodell oder ein Defizitmodell enthält), so dass das Selbst im Laufe seiner Entwicklung geschädigt, nicht richtig begleitet, eingeengt und in seiner Entwicklung behindert wird. Die Theoriebildung geht vom Kausalzusammenhang "weil damals ...darum heute" aus.

Angesichts einer mangelhaften oder zerstörerischen Umwelt muss das Selbst in einer kontrahierten Bewegung innen bleiben, sich schützen, verstecken, verleugnen. Der innere Kern scheint zeitlos zu sein: ganz und unberührt wartet er dort innen an seinem Ort darauf, dass jemand ihn findet oder wiederfindet, ein kindlich-unschuldig junggebliebener Teil, der dann expandieren und so in den erwachsenen Körper hineinwachsen kann - ein ursprünglicher Zustand von Vollkommenheit, der gleichzeitig Ausgangspunkt und Ziel der Suche ist (vgl. Geiser 2001, 8). Auf der anderen Seite gibt es das gesellschaftlich bedingte falsche, unechte, maskenhafte, aufgesetzte Außen, "der Charakterpanzer ... meine erstarrte Lebensgeschichte, die sich in der "Gesamtheit aller muskulären Verkrampfungen, die den Menschen gegen den Durchbruch von Gefühlen und Organempfindungen verhärtet" hat (Reich, zit. in Geiser ebenda). Dort ist alle Energie gebunden, diese Schicht dient (psychonanalytisch betrachtet) der "Abwehr" und dem "Widerstand".

Subjekttheoretisch steht die Annahme dahinter, dass es dieses wahre Selbst als das eigentliche, wahre Subjekt gebe, und die Wege der Heilung in der einen oder anderen Weise in einer Annäherung an dasselbe bestehen müssten.

Lesmeister führt folgendes Beispiel eines Klienten an, dessen Problematik kernhaft gelesen werden kann:

*"Student in fortgeschrittenen Jahren, an Identitätsstörungen, schweren Ängsten und psychosomatischer Symptomatik leidend. Erscheint in seiner Arbeit und sozialen Bezügen oberflächlich gut angepasst. Erst bei näherem Hinsehen entdeckt man die gespenstische Mechanik, nach der er Anforderungen, die beruflichen wie die zwischenmenschlichen abwickelt, erledigt. Es ist so, als habe er sich aus bereits fertig vorliegenden Bauteilen ein professionelles und soziales Selbst zusammen geschraubt, einen Apparat wie aus Frankenstein's Werkstatt, den er perfekt und reibungslos zu bedienen versteht. Er sagt: 'Ich*

*weiß nicht, wer ich wirklich bin'. Das Bild das er wählt, ist das eines fernen Planeten, der hinter einer dichten, undurchdringlichen Atmosphäre verborgen ist. 'Der Planet', sagt er, 'das ist mein wahres Ich, aber ich sehe ihn nicht, ich finde keinen Zugang dahin.'"*  
(Lesmeister 2007, 4).

Die Problematik dieses Patienten weist in seiner Selbstbeschreibung auf das Verhältnis von wahren und falschem Selbst hin, eine praktisch bewährte Hypothese mit hoher klinischer Plausibilität und Evidenz, die erlaubt, die komplexen Phänomene in einer recht übersichtlichen Weise zu ordnen.

Diese dualistische Modellbildung eines wahren und eines falschen Selbst wirft bei Geiser eine Fülle von Fragen bzw. Vorstellungen auf, was das damit verbundene Menschenbild, das Selbstbild und Entwicklung bzw. Wachstum angeht:

- es erzeugt ein Modell der Unvollständigkeit, von Defizit, indem man sich nicht im Einklang, nicht kongruent, entfremdet fühlt
- es erzeugt einen inneren Konflikt: wer hat Recht, welchem Selbst soll ich nachgeben?  
Wer vertritt das richtige Ich? Wer bin ich in Wirklichkeit? Ist noch etwas anderes in mir als das, was ich wahrnehme?
- es erweckt Sehnsucht nach Erlösung, Heilung, ein Versprechen, eine Richtung, eine Hoffnung: irgendwann, wenn ich genug an mir gearbeitet habe, dann finde ich es, bin ich es, kann ich es leben, mein wahres Selbst.
- es motiviert, lebenslang an sich zu arbeiten, sich selbst zu verwirklichen.
- es kann aber auch mentales Leiden schaffen, seinem wahren Selbst noch nicht zu entsprechen.
- es kann mit dem Gefühl verbunden sein, ein Opfer zu sein, das Recht auf irgendetwas zu haben, sich wehren zu müssen oder sich beklagen zu dürfen. Die anderen waren/sind schuld: Umwelt, Eltern, Erzieher, alle, die mich sozialisiert haben und deren Einflüsse jetzt vielleicht in mir weiter wirken.
- es vermittelt möglicherweise den Glauben an eine letztgültige Sicherheit.

Bezogen auf eine entsprechende Therapie bedarf es eines Zieles, d.h. einer festen Vorstellung, wohin sich jemand entwickeln will oder kann, auf der Suche nach dem gesunden Kern, um mit ihm in Kontakt zu kommen, ihn zu befreien und ursprüngliche Gefühle und Impulse auftauchen zu lassen. Diese Vorstellung ist biografisch rückwärts gewandt, vom heutigen auf den ursprünglichen Zustand. Um zum Ziel zu gelangen, werden

entsprechende Handwerkstechniken gebraucht, z.B. um den Körperpanzer zu überwinden. Dabei wird das, was an der Oberfläche, bzw. in den Schichten vor dem wahren Kern liegt, als Alltägliches, als zu Überwindendes und Negatives gesehen.

Das Beziehungsmodell ist dabei ein Expertenmodell: der Experte stellt die Diagnose, weiß, was das Verhalten des Klienten bedeutet und was "dahinter" bzw. im Verborgenen liegt. Der Experte dient als Hebamme, die das Ersehnte ans Tageslicht bringt (vgl. Geiser 2003, 4).

#### **II.4.2 Ich-Identität als steuerndes Zentrum**

Nach 1945 entwickelte Erik Erikson auf Grundlage der Psychoanalyse und in kritischer Auseinandersetzung mit Freud sein Konzept der Ich-Identität und ihrer Entwicklung. Er umschrieb damit „bewusste oder unbewusste Leistungen der Ich-Synthese, der Konstruktion und Rekonstruktion einer Kontinuität der Person über die Zeit oder einer Konsistenz der Person angesichts der Vielfalt ihrer Antriebe und der differenzierten Erwartungen der sozialen Umwelt“ (Joas 1996, 360f.). Erikson beschreibt den Prozess der Gewinnung einer Ich-Identität als Abfolge von Krisen, in dem das Subjekt in der Spannung von Ich-Abgrenzungen und Bindungen zu seinem Ich findet. Das Ich wird in diesem Modell verstanden als die zentrierende, integrierende Kraft einer Instanz, die der Person und ihrem Erleben Mitte, Kohärenz, Konstanz und Kontinuität verleiht. Die gesamte neuzeitliche Denktradition schreibt dem Ich diese Leistungen zu, jenem Ich, von dem Kant so treffend sagte, dass es (als das ‚Ich denke‘) „alle meine Vorstellungen begleiten muss“ (Kant, Bd. II. B132), um Selbstbewusstsein und das heißt das Wissen um ein Identisch-Sein mit sich selbst zu gewährleisten. Das Ich gilt als das im Wandel und Wechsel Gleichbleibende, und seine Präsenz, sein stetes Begleiten sorgt dafür, dass wir uns auch im Wechsel von einer Rolle oder Identität in eine andere als einen und denselben wiedererkennen. Das Ich gilt als das eigentliche *subjectum*: ein einheitlicher, ja monolithischer Kern oder das Substrat der Person, als etwas Zugrundeliegendes, Verlässliches, Stabiles im Zentrum, auf das man, wie Descartes es erstmalig tat, eine ganze Welt errichten kann (vgl. Lesmeister 2007, 4).

Als Beispiel für den Bedarf nach Ich-Identität sei der Fall einer weiteren Patientin von Lesmeister beschrieben:

*Eine junge Frau, Studentin, die ein Leben an der Grenze des immer wieder drohenden psychotischen Zusammenbruchs führt. Auf zahlreichen Gebieten tätig, vermisst sie doch den inneren Zusammenhalt ihrer Lebensvollzüge. Ihre Realität stellt sich als eine Ansammlung*

*von Bruchstücken dar. Sie ist mal diese und mal jene, ohne einigermaßen sicher sagen zu können, wer sie im Ganzen ist. Obgleich sie in den einzelnen Segmenten ihres Selbst durchaus ein Gefühl der Kongruenz, Authentizität und Lebendigkeit verspürt, lebt sie doch in der ständigen Gewissheit der außerordentlichen Fragilität der Gesamtstruktur und der Angst, dass diese jederzeit zusammenstürzen und sie mit in den Abgrund des Nichts reißen könnte* (Lesmeister 2007, 2).

Das was dieser Patientin an Subjektgefühl fehlt, scheint genau diese zentrierende, integrierende Instanz zu sein, die der Person und ihrem Erleben Mitte, Kohärenz, Konstanz und Kontinuität verleiht.

Derartige Metaphern des Stabilen, Dauerhaften und Unverrückbaren haben lange Zeit als Bilder einer geglückten Biografie und Identität gegolten.

Die Kehrseite dieser Persönlichkeitsstruktur des modernen Menschen - des Sozialcharakters des Kapitalismus in seiner Aufstiegsphase - hat Max Weber, der große Soziologe und Theoretiker der Moderne, als "stahlhartes Gehäuse der Hörigkeit" beschrieben: Dieses Lebensgehäuse forderte bedingungslose Unterwerfung unter ein rigides Über-Ich, wobei das eigenständige kritische Ich gegen diese Gewissensinstanz nur geringe Autonomiespielräume hatte. Die Aufstiegsperiode der kapitalistischen Gesellschaftsform beruhte auf den Fundamenten eines so erzeugten Charakterpanzers (vgl. Keupp 2000, 114). Das Hineinwachsen in diese Gesellschaft bedeutete bis in die Gegenwart hinein, sich in diesem Identitätsgehäuse einzurichten.

#### **II.4.3 Die traditionelle Identität in der Krise**

Jedes kulturelle Modell impliziert auf Ebene des Individuums eine grundlegende spezifische Identitätsstruktur. Wenn die soziokulturelle Lebenswelt sich wandelt, erodieren auch ihre impliziten Normen und alte Sicherheiten gehen verloren, so dass die Individuen in ihren Identitätsstrukturen verunsichert sind. In den derzeitigen Umbrüchen wird das alte Selbstverständnis des Individuums in Frage gestellt, entsteht etwas Neues, was nach Beck (1983) vor allem einen Individualisierungsschub impliziert, der breite Bevölkerungsschichten erfasst. Damit verbunden ist die Infragestellung und Überwindung des mächtigen traditionellen Subjektmodells, nach dem der einzelne sich lediglich im "stahlharten Gehäuse der Hörigkeit" einrichten konnte und das eigene Selbstverständnis wesentlich durch Stabilität, Dauerhaftigkeit und Unverrückbarkeit geprägt war. "Die



kollektiven und gruppenspezifischen Identitäts- und Sinnquellen (ethnische Identität, Klassenbewusstsein, Fortschrittsglaube) der Industriegesellschaft ... werden aufgezehrt, aufgelöst, entzaubert. Die Folge ist: alle Definitionsleistungen werden den Individuen selbst auferlegt" (Beck 1995, 13). Gleichzeitig wurde im 20. Jahrhundert - angestoßen durch Nietzsche - das Ich als "Herr im eigenen Hause" stark erschüttert: über bewusstes und Unbewusstes (Freud), über das Sichtbare und das Unsichtbare (Merleau-Ponty), über das Logische und Antilogische (Victor von Weizsäcker), so dass uns heute das früher vorhandene Vertrauen in die Kontrollfähigkeit des Ichs schwer fällt.

Die Irregularisierung der Arbeitszeit führt nach Mittendorfer auch "zur Irregularisierung der Referenzindividuen, in deren Interaktion die Identität aufgebaut und bestätigt wird. Die von vornherein völlig bewusste zeitliche Beschränkung der Interaktion schafft eine spezifische Oberflächenbindung ... Zwangsweise ergibt sich daraus eine Tendenz zu bloßem Signalisieren von Identität. Das Verhalten lässt sich zunehmend von zeremoniellen Regeln und nicht von substantiellen Regeln leiten" (Mittendorfer 1998, 228).

Der neue Individualismus entsteht aus der Schwierigkeit, Identität ohne Bezugsrahmen des alten kulturellen Modells definieren oder neu definieren zu müssen. Die Probleme dieser Identitätssuche werden heute enorm vergrößert durch das Fehlen von Formen und Bezugspunkten. Meist stehen in der Diskussion die gesellschaftlichen Bedingungen, wie z.B. die Krise des Normalarbeitsverhältnisses, die Krise des durch Deregulierung bedrohten Normalarbeitstages ebenso wie die Unsicherheit der Beschäftigungsverhältnisse im Vordergrund. Da damit für die Mehrzahl der Individuen gewohnte und bisher allgemein gültige Regeln in Frage gestellt werden, tragen sie wesentlich zur Erschütterung der subjektiv gültigen Normen bei (vgl. Zoll 1995, 322f.). "Das Individuum, das die Krise des alten Modells als eine Krise der eigenen Identität erlebt, wird zwangsläufig in eine offene Situation geworfen. Das Aufbrechen der alten Strukturen ist eine Befreiung, aber es gewährt eine ambivalente Freiheit. Die einen werfen sich gierig auf die Vielzahl der möglichen Alternativen, die anderen suchen verzweifelt den Weg, der der ihre sein könnte, und andere schließlich werden gelähmt: angesichts der dringenden Notwendigkeit einer Wahl verweigern sie sich" (Zoll 1995, 327).

Der neue Individualismus ist das Produkt der neuen Form der "Sorge um sich", der Bemühungen der Individuen um Selbstverwirklichung. Diese Suche ist in der Geschichte nichts Neues, betrachtet man z.B. das Konzept des Romantischen Individualismus: er postulierte individuelle Lebensgestaltung, Entfaltung des privaten Lebensstils, Sehnsucht

nach Selbstverwirklichung, Besonderheit und Einzigartigkeit sowie das Ideal eines authentischen, eigentlichen, wahren oder aber originell entworfenen, erfundenen bzw. gebastelten Selbst (Eberlein 2000, 7). Während die sich kernhaft verstehenden Subjekte an dem Leitsatz "Werde, der du bist" orientieren, gilt für diejenigen, die sich immer wieder neu erfinden, der Satz "Wir sind nicht, was wir sind, sondern, was wir aus uns machen". Das Neue ist der Massencharakter, die Demokratisierung des Phänomens, wobei die Suche nach Selbstverwirklichung heutzutage einen Zwang (siehe auch Kapitel 4.2) darstellt. Für die Älteren wird dies vielfach dennoch als Befreiung erlebt.

Immer öfter nach Alternativen suchen zu müssen, verschiedene "Optionen" abzuwägen, kann oberflächlich gesehen den Eindruck hinterlassen, dass immer mehr Menschen ihr Leben nach individuellen Gesichtspunkten führen. Vor dem Hintergrund manifester beruflicher Integrationsprobleme und sozialer Ungleichheiten stellt sich allerdings für viele die Frage, worin die personalen Entfaltungsmöglichkeiten und lebensperspektivischen Freiräume bestehen.

Die Identitätsstruktur des alten Modells enthielt die Fiktion der Einheit des individuellen Ichs, die sowohl Fiktion, aber zugleich eine (gewaltsam hergestellte) Realität war: denn die Einheit des Individuums wurde durch die Abspaltung des nicht-integrierbaren, durch den Ausschluss des Nicht-Identischen als Verinnerlichung von Zwängen hergestellt.:

"Furchtbares hat die Menschheit sich antun müssen, bis das Selbst, der identische, zweckgerichtete, männliche Charakter des Menschen, geschaffen war, und etwas davon wird noch in jedem Kinde wiederholt. Die Anstrengung, das Ich zusammenzuhalten, haftet dem Ich auf allen Stufen an, und stets war die Lockung, es zu verlieren, mit der blinden Entschlossenheit zu seiner Erhaltung gepaart" (Adorno/Horkheimer 1969, 40).

Die gesellschaftlichen Veränderungen gehen nun ans Eingemachte der modernen Gesellschaften: es gibt einen tief greifenden Wandel von geschlossenen und verbindlichen zu offenen und zu gestaltenden sozialen Systemen. Nur noch in Restbeständen existieren Milieus mit geschlossener weltanschaulich-religiöser Sinngebung, klaren Autoritätsverhältnissen und Pflichtkatalogen. Die qualitativen Veränderungen in der Erfahrung von Alltagswelten und im Selbstverständnis der Subjekte fasst Keupp folgendermaßen zusammen: "Nichts ist mehr selbstverständlich so wie es ist, es könnte auch anders sein, was ich tue und wofür ich mich entscheide, erfolgt im Bewusstsein, dass es auch anders sein könnte und dass es meine Entscheidung ist, es so zu tun. Das ist die unaufhebbare Reflexivität unserer Lebensverhältnisse: Es ist meine Entscheidung, ob ich

mich in einer Gewerkschaft, in einer Kirchengemeinde oder in beiden engagiere oder es lasse" (Keupp 2000, 114).

Vor diesem Hintergrund verändert sich auch die Identitätskonzeption, d.h. die Bilder und Vorstellungen, die für ein gelungenes Leben oder eine erfolgreiche Identitätsbildung herangezogen werden.

#### **II.4.4 Persönlichkeit ohne Kern**

Indem man nicht mehr langfristig auf einen Arbeitsplatz, einen Beruf, ja nicht einmal auf die eigenen Fähigkeiten bauen kann, scheint sich alles gegen ferne Ziele, lebenslange Entwürfe, dauerhafte Bindungen, ewige Bündnisse, unwandelbare Identitäten zu verschwören. Bedingt u.a. durch die gesellschaftlichen Wandlungsprozesse stellen postmoderne Autoren dem traditionellen Bild von Identität ein Gegenbild gegenüber. So spricht Rorty von einer „Persönlichkeit ohne Kern“, die sich flexibel auf jeweils neue Bedingungen einstellen kann (oder muss?). „Das Wichtige ist, dass man es vermeidet, die Umgangssprache so aufzufassen, als würde man durch sie auf die Ansicht festgelegt, es gebe eben doch so etwas wie das ‘Wahre Ich’, den inneren Kern des eigenen Wesens, der unabhängig von Veränderungen der Überzeugungen und Wünsche des Betreffenden bleibt, was er ist. Doch im Ich gibt es genau sowenig ein Zentrum wie im Gehirn“ (Rorty 1993 66). Eine unveränderbare Kernidentität würde der Anforderung nach Flexibilisierung und Anpassung an ständig wechselnde Projekte, Gegebenheiten etc. zuwiderlaufen. Besser passt dabei die Netzmetapher, nach der "das Ich kein Etwas (ist), das die Überzeugung oder Wünsche 'hat', sondern einfach das aus solchen Überzeugungen und Wünschen gebildete Netz" (ebenda).

#### **II.4.5 Identität als "leeres Selbst"**

So ist z.B. die berufliche Identität nicht mehr gebunden an die Ausübung eines einmal erlernten Berufs, an die Zugehörigkeit zu einem Berufsstand oder einer Profession (Buchinger 2000, 386), sondern zeichnet sich aus durch die Fähigkeit zur Herstellung von Rollendistanz, Widerspruchstoleranz, Enttäuschungsgleichgewicht<sup>38</sup>, die sich als

<sup>38</sup>Ist man z.B. am Wohl des Kunden interessiert, müssen die entsprechenden Aktionen nicht unbedingt den Interessen der Organisation entsprechen (z.B. zu lang, zu teuer). Beide Seiten darf ich heute nur soweit enttäuschen, dass ich morgen wieder in der Lage bin, mit ihnen sinnvoll zu kooperieren (Buchinger 2000, 389)

Identitätswidersprüche niederschlagen. Als Mitglieder mindestens zweier sozialer Systeme (Familie, Arbeit), die sich voneinander unterscheiden und in ihren Normen nicht deckungsgleich sind, sollen wir beiden ganz gehören. "Immer wenn wir zu einem der Systeme gehören, sind wir dem anderen fremd. Um nicht zerrissen oder verrückt zu werden, müssen wir uns von beiden Systemen unterscheiden und uns als etwas Drittes definieren, das entscheiden muss, wie weit es jeweils wohin gehört" (ebenda 402). Buchinger folgert daraus, dass das Ich als autonome Instanz relativ in den Hintergrund tritt und Identität zur gelungenen Mehrfachintegration bzw. Mehrfachzugehörigkeit wird. "Je flüchtiger die Integration, desto mehr verschiebt sich die Hauptaufgabe auf die laufende, weil laufend geforderte Aktivität der Ermöglichung und Auflösung von Zugehörigkeit" (ebenda 403). Im Vordergrund steht dabei nicht das einmal erreichte Resultat der Mehrfachzugehörigkeit, welches das Ich in seiner widersprüchlichen und Widersprüche vermittelnden Tätigkeit hervorbringt, sondern die nicht greifbare Aktivität des Hervorbringens und Auflösens. Und hierher gehören all die weiter oben genannten Anforderungen wie Flexibilität, Mobilität, unternehmerisches Denken, Kreativität, selbständige Gestaltung des eigenen Verantwortungsbereichs usw. Wenn eine Identität inhaltlich nicht mehr fassbar ist, ist "die Form des Selbst, seine reine leere Aktivität, zum dominanten Inhalt geworden: das leere Selbst" (ebenda, 404).

Nach Mittendorfer wird damit die Identität der Arbeitnehmer nicht primär durch die Herleitung aus der eigenen und gesellschaftlichen Vergangenheit gewonnen, sondern punktuell durch ein *mission-statement*<sup>39</sup> auf die neue Unternehmung oder ein neues Tätigkeitsfeld gerichtet, wo es - um mit Musil<sup>40</sup> zu sprechen "vorläufig definitiven" Charakter hat. Die neue Identität passt zum Job, und diese Fähigkeit der Einpassung wird als Autonomie empfunden (vgl. 1998, 242).

---

<sup>39</sup>Der Ausdruck "mission statement" verwies ursprünglich auf die visionären Leitlinien einer Unternehmung zur Gestaltung einer Unternehmenskultur. In der neuen Praxis wird dieser Ausdruck von der institutionellen auf die individuelle Ebene verlagert, wird ganz individuell gefasst und ist jederzeit kündbar ( vgl. Mittendorfer, 1998, 242)

<sup>40</sup>Überhaupt erinnert die postmoderne Diskussion an Musils "Mann ohne Eigenschaften": Ulrich, sein Protagonist, wird durch zwei ausgesprochen moderne Züge ausgezeichnet: eine Offenheit für alle möglichen Arten von Erfahrung und der Interpretation - und eine beständige hochgradige Neigung zur Reflexion über die Welt und sich selbst. Der moderne Mensch steht wie der "Mann ohne Eigenschaften" einer unbestimmten Zahl von Wirklichkeits- und Selbst-Transformationen offen gegenüber: der moderne Mensch ist für den 'Wechsel' zwischen widerstreitenden Welten empfänglich (Berger 1983, 247).

## II.4.6 Multiple Identitäten

David Bosshart vom Schweizer Gottlieb Duttweiler Institut plädiert dafür, kein starkes Ich zu entwickeln, sondern in virtuellen Beziehungen zu leben, multiple Identitäten zu pflegen und sich die Fähigkeit anzutrainieren, sich nicht mehr definitiv auf etwas festzulegen, um dadurch fit zu bleiben für neue Wege. "Metaphorisch gesprochen: Statt in die Tiefe gehe ich in die Breite. Ich werde zum Oberflächengestalter, ich gestalte mit meinen Stilen, torsohaften Charakteren und Identitäten Oberflächen. (...) Dreh- und Angelpunkt der persönlichen Fitness ist nicht mehr der Aufbau einer eigenen stabilen Identität, sondern das Vermeiden des Festgelegtwerdens" (zitiert nach: Keupp 2003, 305). Auch für diese Form kann ein Patient von Lesmeister als Beispiel dienen:

*"Ein Mann in leitender Stellung mit etwas zu festen Vorstellungen von sich selbst, hinter denen sich eine diffuse Unsicherheit hinsichtlich dessen verbarg, was für ihn wirklich wichtig sei, was in seinem Leben Priorität und Gewicht haben sollte. Der starren Einheitlichkeit und Enge seines Selbstkonzeptes überdrüssig, kam er im Urlaub auf die Idee, sich zu zerteilen und fortan in wechselnden Rollen oder Identitäten das Verhältnis zu sich selbst und seiner Partnerin, in der er schnell eine kundige Mitspielerin gefunden hatte, einzurichten. So handelten und interagierten von diesem Zeitpunkt an folgende Akteure – ich gebe hier nur eine gekürzte Auswahl wieder: Rainaldo – südländischer Mann, ständig nach Frauen guckend und sich über Frauen bestätigend. Alfredo – alternder Porno-Star. Henning – blonder, jugendlich gebliebener Abenteurer, der die Welt entdecken will. Hermann – Choleriker und Hypertoniker, explodiert erst und fragt dann, ob die Information richtig ist. Ron – Manager, kopfbetont, kontrolliert und organisierend. Papa NN – Mann mit ungerichtetem Vatertrieb usw. Der Patient fand, dass er auf diese Weise besser mit sich und seiner Partnerin zurechtkam. Er hatte einen Spielraum entdeckt, der es ihm ermöglichte, eine gelassen-ironische Distanz zu seinen Problemen einzunehmen und kreativ mit neuen Verhaltensweisen und Lösungsstrategien zu experimentieren. Ohne die Probleme „im ganzen“ gelöst zu haben, fühlt er sich doch freier davon" (Lesmeister 2007, 2).*

Dieser Patient konstruiert sich selbst unterschiedliche Identitäten, um sich in der Komplexität, Ambiguität und Veränderlichkeit moderner Lebensverhältnisse besser zurechtfinden. Entsprechend geht das postmoderne Identitätsmodell davon aus, *besser leben zu können*, wenn wir in der Lage wären, in flexibler Abstimmung mit inneren und äußeren Gegebenheiten wechselnde (im seelischen Inventar bereits vorhandene oder neu zu entwickelnde/erfindende) Rollen/Identitäten anzunehmen, das in diesem Verfahren angelegte kreative Potential auszuschöpfen und uns am dazugehörigen Spiel der Differenzen zu erfreuen. Entsprechende Spielräume eröffnet auch das Internet, wo in computergestützten virtuellen Räumen mehrere Rollen gleichzeitig gespielt werden können. Das postmoderne

"Problem der Identität" besteht darin, Festlegungen zu vermeiden und Optionen offen zuhalten (vgl. Bauman 1997, 133, vgl. auch Kap. II.2.3).

Mittendorfer vergleicht eine derartige Persönlichkeitsstruktur mit der Figur Zelig in Woody Allens gleichnamigen Film, eine "Persönlichkeit", die sich chamäleonhaft mit der sich ständig verändernden Umgebung wandelt<sup>41</sup>" (Mittendorfer 1998, 223). Der ständige Wandel ist seine einzige Konstante.

#### **II.4.7 Identität als Netzknoten - das relationale Selbst**

Eine weitere schon selbstverständlich eingenommene Perspektive postmoderner Identitätstheorie ist, das Subjekt in *Intersubjektivität* verschwinden zu lassen. Der mutmaßlich feste Kern zerfällt in interpersonale Beziehungs- und Beeinflussungsphänomene, er löst sich auf in ein Gewebe von Objektbeziehungen und intersubjektiven Austauschprozessen. So sieht Gergen das Selbst in eine Vielfalt von unzusammenhängenden und unterbrochenen Beziehungen verstrickt, die es aufzehren, Beziehungen, von denen wir "in zahlreiche Richtungen gezogen" werden, und die uns einladen, "so viele verschiedene Rollen zu spielen", dass das Konzept eines "authentischen Selbst" sich auflöst (Gergen 1996, 29). Durch die Übersättigung mit Kommunikationspartnern und deren Teilidentitäten geht das Individuum in einer Vielfalt unterschiedlichster, disparater und unzusammenhängender Beziehungen bzw. Teil-Selbste auf. Das einheitliche kohärente Selbst wird ersetzt durch das relationale bzw. "multiphren" Selbst (ebenda, 131). Auch für Welsch schlagen sich die pluralisierten Lebensbedingungen in pluralen Identitäten nieder. Für den einzelnen gilt es, dies anzunehmen, zu bejahen und seine "monolithische" bzw. substanzhafte Identität aufzugeben und ein "Leben im Übergang" zu führen (Welsch 1993, 171). Entsprechend gibt es für Lesmeier "Felder fluktuierender Intersubjektivität, die an manchen Stellen und vorübergehend Verknüpfungen, Verdichtungen, Kristallisationen bilden und auf diese Weise instabile Phänomene hervorbringen, die man als Subjekthaftigkeit interpretieren kann. Das Subjekt erscheint unter diesem Blickwinkel längst nicht mehr als autonomer und konstanter Grund von Identität und Selbstgefühl, sondern als ephemeres, leicht zerfallendes, transi-

---

<sup>41</sup>"Der Protagonist imitiert Eigenarten, Gesten und Wünsche anderer, gerade anwesender Menschen, um diese Merkmale bei nächstbesten Gelegenheit wieder über Bord zu werfen ... Abgesehen von seinem Körper hat dieser Mensch keine einzige Invarianz oder fixe Struktur vorzuweisen ... er verblüfft durch seine Fähigkeit und seinen Drang, sich auf flexibelste Weise seiner Umgebung anzupassen und nicht auch nur ein einziges Persönlichkeitsmerkmal gegen den Widerstand von außen durchzuhalten" (Mittendorfer 1998, 223) .

torisches Gebilde, das im vieldimensionalen intersubjektiven Raum gelegentlich aufscheint und wieder verschwindet" (Lesmeister 2007, 12).

Vorbilder für solche plurale Identitäten findet Welsch vor allem unter Künstlern aber auch in der Psychopathologie. So meint er, "dass die Identitätspluralisierung, die manche Kranke verkörpern, zunehmend zur Matrix heutiger Individuen wird und vor allem: dass sie Chancen der Lebbarkeit eröffnen kann" (Welsch 1993, 199). Einer Position, Menschen mit einem "zesplitterten Selbst" als Vorbild hinzustellen, wirft Glass (1993) Zynismus vor - vor dem Hintergrund der Ergebnisse seiner Untersuchung, in der er den großen Schmerz und das Leid von Personen mit multipler Persönlichkeitsstörung aufgezeigt hat (vgl. Gugutzer 2002, 53).

Angelehnt an Seewald (2000, 99) können Unterschiede modernen und postmodernen Denkens folgendermaßen gegenübergestellt werden:

<b>Modernes Denken</b>	<b>Postmodernes Denken</b>
- Zielgerichtetes Voranschreiten	- Surfen, Driften
- Oberfläche und wahrer Kern	- Sich selbst webendes Netz
- Konstruktion und Bewahrung einer fest gefügten Identität	- Vielheit von Teil-Identitäten - Kristallisation von Einflüssen anderer - Vermeidung von Festlegungen - Offenhalten von Optionen
- Ganzheit als Versöhnung des Menschen mit sich und der Natur	- Ganzheit als Terror und Vergewaltigung der Vielheit
- Kausalität und Notwendigkeit	- Chaos und Kontingenz
- Ernsthaftigkeit und Skepsis	- Leichtigkeit und Ironie

#### **II.4.8 Identität als Patchwork**

Keupp u.a. entwickeln ihr Identitätsmodell in Auseinandersetzung mit den aktuellen sozialphilosophischen, psychologischen und soziologischen Identitätstheorien<sup>42</sup>. Sie versuchen, sich in ihrem Konzept zwischen "einer Restauration moderner Formen der Identitätsgestaltung mit ihren (programmatischen) Kennzeichen der Kohärenz, Widerspruchsfreiheit und biographischen Abgeschlossenheit" und "einem postmodern freischwebenden Subjekt,

<sup>42</sup> In drei Untersuchungswellen wurde 152 jungen Erwachsenen in Ost- und Westdeutschland befragt in der Absicht, "Identitätsarbeit als aktive Passungsleistung des Subjekts unter den Bedingungen einer individualisierten Gesellschaft zu begreifen und sie in ihren wesentlichen Funktionsprinzipien" zu rekonstruieren. Es geht mithin um eine empirisch fundierte Analyse von Identitätskonstruktionen der gegenwärtigen gesellschaftlichen Umbruchperiode (Keupp et al. 1999, 60, zit. in Dollinger 2003, 94)

das in seiner Identitätsästhetik kaum noch durch soziale Grenzen behindert wird" zu positionieren (Dollinger 2003, 94). Im Mittelpunkt des Ansatzes steht dabei das Konzept der "alltäglichen Identitätsarbeit", als "oft mühevoller, lebenslanger Prozess, der in verschiedenen Lebensbereichen Investitionen verlangt, der trotz aller erfahrenen Widersprüchlichkeiten Synthese- und Koordinationsleistungen fordert und der wesentlich durch soziale Zugehörigkeiten und die Verfügung über verschiedenartige Ressourcen - mithin durch gesellschaftliche Strukturen und Machtverhältnisse geprägt ist" (ebenda 95). Die Herstellung von Identität basiert auf der Annahme, permanente Verknüpfungsarbeit leisten zu müssen und als "Passungsprozess an der Schnittstelle von Innen und Außen" zu entstehen. Retrospektiv und prospektiv umfasst sie eine durch kulturspezifische Perspektiven gelenkte Verdichtung von Erfahrungen "zu Teilidentitäten, zu subjektiv bewussten Kernnarrationen und zu einem Identitätsgefühl" (ebenda 96).

Kritisch am Konzept von Keupp et al. wird gesehen, dass Identität "im Kern ...als ein vom Individuum zu bewältigendes Problem" verstanden wird, welches wiederum in verschiedenen Milieus und Schichten höchst unterschiedlich gestellt und bearbeitet wird (vgl. Dollinger 2003, 97). Für Gugutzer erscheint darüber hinaus das spätmoderne Subjekt von Keupp et al. "als körper- und leibloses Geschöpf" (2002, 47). Wenn die Autoren vom Maß für subjektive Stimmigkeit und Passung, als "Gefühl für Authentizität" und "dem Selbst- und Kohärenzgefühl" sprechen, meinen sie damit - ganz in der Tradition kognitivistischer Psychologie - Urteile oder Bewertungen. Die offene Frage von Keupp et al., woher das Identitätsgefühl die Autorität habe, über die innere Stimmigkeit zu entscheiden, kann mit Gugutzer beantwortet werden "Die Autorität des Identitätsgefühls - ist der Leib!" (Gugutzer 2002, 49). Auch eine narrative Identitätskonstruktion bedarf nach Ansicht von Gugutzer einer "spürbaren Stützung" (vgl. ebenda).

#### **II.4.9 Fazit**

Im Zentrum der Kapitel II.3 und II.4 stand die Diskussion um unterschiedliche Identitätskonzeptionen. Es wurde deutlich, dass sich sowohl in Funks "postmodernem Charakter" als auch im postmodernen Identitätsdiskurs die Flexibilitätsanforderungen neoliberaler Politischer Ökonomie widerspiegeln. Diese läuft letztlich darauf hinaus, dass die Marktlogik beginnt, Drehbücher für Identitäten zu schreiben, die durch Pluralität, Ambivalenz,



Multiphrenie und Fragmentierung gekennzeichnet sind. Für den Großteil postmoderner Identitätstheorien korrelieren die gegenwärtigen sozialstrukturellen und soziokulturellen Bedingungen mit einer bestimmten Art der Identitätskonstruktion. Andererseits eröffnen sich jedoch in der aktiven Gestaltung dieser Bedingungen, mit dem Verhalten in Verhältnissen auch Chancen der Befreiung und Neubildung, wie sie sich z.B. in der Diskussion um Virtualitäten, Netzwerkbildung und Selbstorganisation zeigen.

Postmoderne Autoren wie auch sozialpsychologische Identitätstheorien interessieren sich vor allem für kognitive, motivationale und praktische Aspekte, vernachlässigen damit den Leib und verengen ihre Modelle rational-kognitiv. Entsprechend lässt die Charakterisierung des postmodernen Ichs und ihrer inneren Leitinstanz offen, welche Rolle das leibliche Moment und damit die konkrete Erfahrbarkeit subjektiver Stimmigkeit und Passung spielt.

Nachdem nun die Bewusstseinsformen der handelnden Subjekte innerhalb der postmodernen sozio-ökonomischen Struktur aus postmoderner und sozialpsychologischer Sicht dargestellt wurden, und bevor in Kapitel IV die leibphänomenologische Betrachtung (auch in Bezug auf die oben beschriebenen postmodernen Identitätskonzepte) entfaltet wird, soll im folgenden auf das Verständnis von Gesundheit und Krankheit sowie die Implikationen der postmodernen Arbeits- und Lebenswelt auf die Gesundheit der in sie involvierten Menschen eingegangen werden.

### **III. Flexibilität und Gesundheit**

Die spannungsreichen und ambivalenten Herausforderungen der postmodernen Arbeitswelt, d.h. die Spannung zwischen erweiterten Freiheitsgraden der Lebensführung und verschärften Zumutungen durch Arbeitsdruck, Selbstorganisation und Selbstvorsorge, werden in idealtypischer Weise in der Ambivalenz arbeitskraftunternehmerischer Existenz verkörpert. Immer mehr Menschen haben Schwierigkeiten dieses Spannungsverhältnis zu bewältigen. In wie weit Arbeits- und Lebensbedingungen auf der einen und subjektive Fähigkeiten sowie Bewältigungsressourcen auf der anderen Seite zu Krankheiten führen bzw. Gesundheit erhalten, ist ein Thema des Diskurses um Gesundheit und Krankheit. Modellvorstellungen von Gesundheit und Krankheit prägen die jeweilige theoretische wie berufliche Praxis. Vor diesem Hintergrund werden dann diejenigen Modelle vorgestellt, die eher Personen, Gesellschaft und Kultur oder integrative Wirkungszusammenhänge in den Blick nehmen. Im Anschluss daran werden insbesondere Stress- und Bewältigungstheorien geprüft, ob und inwiefern sie Impulse zur Bewältigung postmoderner Anforderungen geben können

#### **III.1 Gesundheit und Krankheit**

Das Verständnis von Gesundheit und Krankheit und die sprachliche Verständigung darüber ist offenbar vielfältig. Verschiedene Definitionen betonen unterschiedliche Aspekte des Gesund-Seins: "störungsfreies Funktionieren der Organe, Merkmale guter Anpassung, Wohlbefinden und Selbstverwirklichung, optimale Leistungsfähigkeit und funktionelles Optimum" (Becker, Minsel 1986, 52) Entsprechendes gilt für den Begriff "Krankheit": "Störung einer oder mehrerer physiologischer Funktionen,... anormaler körperlicher oder geistiger Zustand..., subjektiv (oder-und) klinisch (oder-und) sozial hilfsbedürftig...dysfunktionales interpersonales Verhalten" (Becker, 1982, 3f).

Hinter dem jeweiligen Verständnis stecken unterschiedliche Menschenbilder und Kriterien. Nach Becker lassen sich mindestens vier Perspektiven unterscheiden, aus denen sich Gesundheit und Krankheit betrachten lassen:

1. eine naturwissenschaftlich-somatische, die sich an normabweichenden physiologischen und biochemischen und anatomischen Strukturveränderungen orientiert,
2. eine psychologische, bei der es um gestörtes Erleben und Verhalten bzw. psychische Funktionsbeeinträchtigung geht,

3. eine soziologische, nach der jemand als krank bezeichnet wird, der in erheblichem Maße von der sozialen Norm abweicht und sozialen Rollenanforderungen nicht mehr genügt, und
4. eine juristische, die Krankheit unter dem Aspekt des Anspruches auf Heilbehandlung, auf Rente oder der Verantwortlichkeit für strafrechtliches Tun sieht. (vgl. ebenda, 4)

Sehen wir von der juristischen Perspektive ab, so bleiben drei Ansätze, die den Gang des Diskurses markieren und die Notwendigkeit eines vierten, einer weiteren, einer integrativen Perspektive begründen.

Im Folgenden gebe ich eine kurze Einführung zur Geschichte des Diskurses und skizziere anschließend die einzelnen Ansätze, die im Zusammenhang mit Flexibilisierung und Leiblichkeit bedeutsam sind.

### **III.1.1 Zur Geschichte der Diskurse**

Ausgangspunkt des neueren Diskurses war das naturwissenschaftlich-somatische Modell. Es beruhte nach Rittner (1982) auf drei Momenten:

1. Krankheiten sind weitgehend auf körperliche bzw. natürliche Phänomene zurückzuführen, sie sind als Angelegenheit "eines bloßen Körpers" anzusehen.
2. Die Methoden der Heilung sind effizient, wenn der Körper in seiner biologischen bzw. physio-chemischen Eigengesetzlichkeit von der Person des Patienten getrennt wird.
3. Es gibt eine Geschichte der Krankheit, aber keine Geschichte des Patienten (vgl. Rittner 1982, 41).

Hintergrund der Belehrungen und Eingriffe in die Lebensgestaltung der Menschen sind Vorstellungen von der „biologischen bzw. physikochemischen 'Eigengesetzlichkeit' des Körpers, wobei die jeweiligen 'Geschichten' von Gesundheit, Risiko, Krankheit und Lebensalltag der Betroffenen strikt voneinander getrennt seien - nicht nur aus analytischem Blickwinkel, sondern auch im pragmatischen Handeln, d.h. in Beratung oder Behandlung" (vgl. ebenda).

Bezogen auf verursachende Faktoren unterscheidet Creydt (2006, 1) 3 Stufen der Aufmerksamkeit der Schulmedizin: Zunächst wird nach den verursachenden Krankheitserregern oder genetischen Bedingungen gesucht. „Die Bedingungsfaktoren bleiben im Bereich der pathogenetischen Mikroereignisse der Medizin. Das implizite Praxismuster heißt 'aus dem unveränderten Feld wird das Agens entfernt'“ (Kühn 2001, 14). An zweiter Stelle steht das Konzept der verhaltensbezogenen Risikofaktoren. Danach spielen

Konsumverhalten und Freizeitgewohnheiten bei der Krankheitserklärung die Hauptrolle: Rauchen und Trinken, Bewegungsmangel und Fehlernährung. Sie erhöhen - gemessen an einer medizinischen Norm - sog. physiologische Risikofaktoren wie z.B. Blutdruck, Zucker- und/oder Cholesterinspiegel, Leberwerte etc. Da individuelles Verhalten im Vordergrund steht, werden die Betroffenen zu Verhaltensänderungen aufgerufen. Am untersten Ende der Rangfolge stehen potentiell krank machende gesellschaftliche Bedingungen und Strukturen: „Nirgendwo ist das Geld knapper, sind die Legitimationskosten höher und ist die Beweislast schwerer als bei Versuchen, in Bereiche wie Arbeit, Verkehr und Wohnbedingungen oder soziale Probleme wie Armut, Erwerbs- oder Machtlosigkeit unter Gesundheitsaspekten zu intervenieren“ (Kühn 2001, 16).

Der Fortgang des Diskurses ist durch eine zunehmende Kritik am Konzept der medizinischen Risikofaktoren gekennzeichnet:

1. Identifiziertes Risikoverhalten wird oft zu Krankheitsindikatoren umgedeutet, d.h. statistische Zusammenhänge werden als Kausalbeziehungen angesehen (z.B. von Bluthochdruck, Rauchen und erhöhtem Cholesterinspiegel mit Herzinfarkt). Dies erklärt z.B. nicht, warum unter den gleichen Bedingungen manche gesund bleiben, andere krank werden.
2. Die im Risikofaktorenkonzept angelegte Willkür der Grenzwertsetzungen für Normalität und Abweichung der Risikowerte basiert auf der Annahme einer statistischen Normalität, deren Ausgangspunkt das in physiologischer, geistiger und sozialer Hinsicht den Durchschnitt repräsentierende Individuum ist. Das Spezifische von subjektiven Verarbeitungsformen, Empfindlichkeiten und individuellen Schwächen und Stärken kann in diesem Konzept nicht gefasst werden.
3. Ärzte unterscheiden zwischen vermeidbaren und unvermeidbaren Risiken und halten sich entsprechend zuständig für die vermeidbaren Risiken. Lebens- und Arbeitsbedingungen, die nicht in der Verfügungsmacht des einzelnen stehen, werden systematisch ausgeblendet, "und zwar sowohl für mögliche eigenständige Belastungsquellen als auch als mögliche Gründe für gesundheitsriskantes Verhalten selbst" (v. Eberstein 1991, 134).

Kritisiert wird auch, dass aus schulmedizinischer Sicht die Behandlung einer Krankheit eher Sache der Experten und offenbar ein technisches Problem ist. Dies ist verbunden mit einem massiven Einsatz medizinischer Technologie (Apparatemedizin, Medikamente) sowie mit der Einstellung des Patienten, nicht für seine Krankheit bzw. Gesundheit verantwortlich zu sein (Beckers 1986, 57).

Ein deutlicher Hinweis darauf, dass die Arbeits- und Lebensbedingungen als Ganzes berücksichtigt werden müssen, ist die Tatsache, dass keiner der klassischen Risikofaktoren die unterschiedlichen Erkrankungsraten zwischen den sozialen Schichten erklären konnte. "Die fatale gesellschaftliche Funktion des Risikofaktorenkonzepts besteht darin, dass andere Gefährdungspotentiale kaum thematisiert werden. So werden moderne Massenkrankheiten üblicherweise kaum mit Arbeit geschweige denn mit modernen Technologien in Verbindung gebracht" (v. Eberstein 1991, 135). Die Theorie der Risikofaktoren hatte noch nachhaltig die Gesundheitserziehung (als Vorgängerin der Gesundheitsförderung) mit ihrem "'Primat des Organismus' und einer Orientierung auf den einzelnen, sich schuldhaft gesundheitsriskant verhaltenden Menschen geprägt" (Franzkowiak, Wenzel 1985, 240).

Heute sind eindimensionale Verursachungstheorien empirisch nicht mehr haltbar: "Das Prinzip der multifaktoriellen Verursachung darf nach den bis heute bekannt gewordenen Untersuchungsbefunden als allgemeine Gesetzmäßigkeit akzeptiert werden, die in gleichem Maße der Entstehung körperlicher Erkrankungen wie auch derjenigen psychischer Störungen zugrunde liegt" (Reinhard & Wittling, zit. nach Schorr 1995, 63). Das biomedizinische Modell wird abgelöst vom bio-psycho-sozialen Modell, das "für eine vollständige Perspektive von Krankheit und Gesundheit ... nicht nur die Biologie der Person, sondern auch die Psychologie und die Soziologie der Person einbeziehen und alle drei Bereiche in ihren natürlichen Interaktionen untersuchen (muss)" (ebenda, 64). Die Umsetzung eines solchen Modells verlangt systemisches Denken sowie ein Aufeinanderzugehen völlig unterschiedlicher Denk- und Handlungsansätze. Derartige integrative Konzeptionen liegen für spezifische Störungs- und Krankheitsbilder bisher kaum vor (s.u.).

"Gesundheit und Krankheit sind Ausdruck äußerer und innerer Lebensbedingungen. Beide Phänomene stehen in einem dialektischen Verhältnis zueinander, d.h. sie sind keine überdauernden, stabilen und voneinander isolierten Zustände, sondern aufeinander bezogene Aspekte. Krankheit ist als gleichberechtigtes Phänomen neben Gesundheit zu betrachten; denn obwohl individuelles und gesellschaftliches Leben nach Gesundheit strebt, bedarf es der Krankheitsprozesse als Indikatoren für ungesunde Lebensformen, die Chancen zu qualitativen Reformen bieten" (Beckers 1986, 61). Insofern ist Gesundheit zu verstehen als lebenslanger Prozess.

Medizinsoziologen vertreten heute den Anspruch, "gesundheitsgefährdendes Verhalten der einzelnen im Zusammenhang mit ihren konkreten Arbeits- und Lebenssituationen zu betrachten und entsprechende Veränderungsmöglichkeiten zu suchen" (Franzkowiak, Wenzel 1985, 245). Allerdings befürchtet Schorr, dass es in den Bemühungen um eine entsprechende Gesundheitsreform in den Industrienationen trotz des Paradigmenwechsels Kräfte gibt, die noch strikter "an vorhandenen Versorgungsstrukturen und damit an (primär interventionsorientierten) biomedizinischen Modellvorstellungen" festhalten (Schorr 1995, 64).

Forschungsergebnisse über die Wirkung ungesunder Lebensweisen und zur Entstehung von Krankheiten sowie der Kostendruck im Gesundheitswesen haben mit dazu geführt, dass sich in den letzten 30 Jahren Diskussion und Forschung auf Gesundheit und Prävention bzw. Gesundheitsförderung verlagerte.

Allgemeine Modellvorstellungen von Gesundheit und Krankheit entscheiden maßgeblich darüber, welche Art von ätiologischer Forschung, welche Verfahren zur Diagnostik von Gesundheit und Krankheit und welche Methoden der Behandlung und Prävention favorisiert werden<sup>43</sup>. Entsprechend hängt vom Gesundheits-/Krankheitsmodell ab, ob bei Erforschung, Behandlung und Vorbeugung von Krankheiten sowie der Stärkung gesundheitsfördernder Ressourcen ausschließlich Mediziner (nach dem biomedizinischen Leitbild) oder Experten unterschiedlicher Disziplinen (nach dem biopsychosozialen Leitbild) eingebunden werden. Berufspolitisch bedeutungsvoll ist in diesem Zusammenhang, ob auch Diplom-Motologinnen und Motologen bzw. Fachkräfte der Psychomotorik einen gesundheitspolitischen Beitrag zur Unterstützung von „flexiblen“ Menschen leisten können und in Forschung und angewandter Praxis von Gesundheitsförderung einbezogen werden können.

Systematisch betrachtet gibt es auf der einen Seite zahlreiche Theorien und Befunde, die Gesundheit und Krankheit vor allem als gesellschaftliches Phänomen erkennen. Danach hängt die Gesundheit der Menschen z.B. von der Qualität der Arbeits- und Lebensbedingungen und der Leistungsfähigkeit des Gesundheitssystems ab. Auf der anderen Seite hat Gesundheit mit individueller Lebensqualität und persönlichem Wohlbefinden ebenso zu tun wie mit der subjektiven Bewertung von Situationen und der Fähigkeit jedes einzelnen, Gesundheitspotentiale zu nutzen (vgl. Seewald 2003). Die Frage von Gesundheit

---

<sup>43</sup> So legt beispielsweise ein biomedizinisches Krankheitsmodell die Suche nach genetischen, biophysischen oder biochemischen Krankheitsursachen nahe, während integrative biopsychosoziale Krankheitsmodelle bei Erforschung, Behandlung und Prävention von Krankheiten interdisziplinär zusammenarbeiten (vgl. Waller 1996<sup>2</sup>, 14).

und Krankheit oszilliert so zwischen fremd- und selbstbedingten Gefährdungsfaktoren sowie gesellschaftlichen und eigenen Ressourcen.

Im folgenden werden in Anlehnung an Hurrelmann (2000) zunächst Theorien skizziert, die sich aus unterschiedlicher Perspektive mit den Wirkungszusammenhängen von Krankheit/Gesundheit, ihren Entstehungsbedingungen und dem Umgang damit beschäftigen und zwar differenziert nach Modellen, die eher personenbezogene (II.4.1.2), gesellschafts- und kulturbezogene (II.4.1.3) oder integrative Wirkungszusammenhänge (II.4.1.4) fokussieren. Unter den integrativen Ansätzen spielt das Stresskonzept eine besondere Rolle, da Stress und damit verbundene und statistisch signifikante Zivilisationskrankheiten wie Rückenschmerzen oder Depressionen offenbar fundamental mit der aktuellen Entwicklung in der Arbeits- und Lebenswelt zusammenhängen. Das Stresskonzept leitet zugleich über zum darauf folgenden Abschnitt, in dem die Zusammenhänge von postmoderner Arbeits- und Lebenswelt und Stress exemplarisch am Beispiel Depression beleuchtet werden, bevor dann die veränderten Anforderungen an eine den aktuellen Erfordernissen entsprechende Gesundheitsförderung formuliert werden.

### **III.1.2 Personenbezogene Ansätze**

#### **III.1.2.1 Lern- und Persönlichkeitstheorien**

Lern- und Persönlichkeitstheorien sehen ihren Schwerpunkt darin, innerindividuelle Faktoren zu identifizieren, die Gesundheit beeinflussen. So lässt sich über Lerntheorien erklären, warum Menschen sich in einer bestimmten Weise ernähren, bewegen und mit ihren Alltagsanforderungen auseinandersetzen. Umweltgegebenheit und persönliche Merkmale bestimmen das Verhalten, je nachdem wie Informationen aufgenommen, eingeschätzt und bewertet, interpretiert und antizipiert werden und Entscheidungen gefällt werden. Als besonders leistungsfähig wird die soziale Lerntheorie von Badura angesehen, demzufolge Lernen als aktiver Aneignungsprozess verstanden wird, der immer zugleich Einwirkung und Aneignung, Anpassung und Veränderung mit einschließt. Damit die beobachtend gelernten Verhaltensmöglichkeiten in aktives Handeln umgesetzt werden, müssen bestimmte Verstärkungsbedingungen gegeben sein. „Lerntheorien in diesem Zuschnitt können die paradoxe Situation aufklären, dass Menschen sich nach objektiven Maßstäben gesundheitsschädlich verhalten und dabei dennoch das Gefühl haben sich zu belohnen. So

kann das Zigarettenrauchen trotz der bekannten krankmachenden Folgen deswegen eingeleitet und aufrecht erhalten werden, weil psychische Vorteile und Annehmlichkeiten wie etwa soziale Aufmerksamkeit und Anerkennung und auch kurzfristige körperliche Vorteile wie etwa Entspannungs- und Anregungswirkungen damit verbunden sind“ (Hurrelmann 2000, 46).

Entscheidende Größen für die Bestimmung des sozialen und damit auch des gesundheitlichen Verhaltens eines Menschen sieht Bandura in der „Ergebniserwartung“ und in der „Selbstwirksamkeit“. Ergebniserwartung ist die Überzeugung eines Menschen, dass bestimmte Ereignisse in bestimmten Situationen mit einer gewissen Wahrscheinlichkeit als Folge eigenen Verhaltens auftreten. Diese Ereignisse (soziale Anerkennung bei gemeinsamem Rauchen, neue Kraft nach einer Entspannung) werden auf andere Situationen transferiert und es bilden sich entsprechende Erwartungen (vgl. Hurrelmann 2000, 46). Selbstwirksamkeit ist die Überzeugung eines Menschen, ein bestimmtes Verhalten ausführen und dabei auftretende Hindernisse oder Schwierigkeiten überwinden zu können. Selbstwirksamkeit ist eine wichtige Bedingung für Verhaltensänderung, weil sie Einfluss darauf hat, wie viel Anstrengung für ein bestimmtes Verhalten aufgewandt wird und inwieweit das gewünschte Ziel erreicht wird.

### **III.1.2.2 Theorien des Gesundheitsverhaltens**

Angelehnt an Lerntheorien untersuchen Theorien des Gesundheitsverhaltens den Zusammenhang von persönlichen Einstellungen und Bewertungen, Absichten der Verhaltensänderung und tatsächlichem Gesundheitsverhalten (vgl. Schwarzer 1992). „Um auf etwas Reizvolles oder Gewohntes im eigenen Verhalten zu verzichten, muss ... eine entsprechende Motivation und willentliche Anstrengung (Volitionsstärke) vorliegen, die durch eine eigene Festlegung der beabsichtigten Handlung (öffentliche Willensbekundung) oder auch andere Formen der sozialen Kontrolle gesichert werden kann“ (Hurrelmann 2000, 47).

Abel kritisiert die Konzentration auf eine individualisierende Gesundheitsvorsorge durch eine entsprechende Verhaltensänderung, da sie die Komplexität der soziostrukturellen und gruppenspezifischen Einflüsse auf das Verhalten unterschätzt. Theorien, nach denen angeborene Persönlichkeitsmerkmale bzw. Dispositionen die betreffende Person für die eine oder andere Krankheit mehr oder weniger anfällig machen, haben eine lange Tradition (z.B. Hippokrates' Temperamentstypen Sanguiniker, Melancholiker, Choleriker und Phlegmatiker).



### III.1.2.2.1 Attributionstheorien

Attribution meint zunächst subjektive (keine wissenschaftlichen) Thesen zu Kausalbeziehungen (Ursache-Wirkungs-Zusammenhänge): sozialen Ereignissen und Handlungen werden Gründe zugeschrieben (attribuiert). Attributionspsychologen sprechen daher von einer Kausalattribution. Ereignisse werden vom sozialen Akteur als gleichsam "naiver Wissenschaftler" mit einer Psychologie des gesunden Menschenverstandes mittels einfacher Kausalschemata erklärt.

Attributionstheorien weisen kognitiven Prozessen große Bedeutung zu: demnach interpretiert, vergleicht, selektiert, bewertet, klassifiziert der Mensch Informationen und konstruiert Zusammenhänge (vgl. Güttler 2003, 42). Neben dem Erklären von Ereignissen lassen sich nach Güttler weitere Funktionen von Attribution differenzieren:

- sie ermöglichen Voraussagen über den Ablauf sozialer Ereignisse
- sie erklären soziale Tatbestände und interpretieren eigenes und fremdes Verhalten
- sie ermöglichen, Handlungsstrategien zu planen und zu kontrollieren
- sie erhöhen das Selbstwertgefühl oder schützen vor Selbstwertverlust, falls die Attributionen das Selbst betreffen
- sie rechtfertigen das eigene Handeln und weisen auf eine enge Beziehung zwischen eigener Person und Handlungsergebnis hin

(vgl. Güttler 2003, 50)

Diese Common-sense-Psychologie leitet im Alltag das Verhalten gegenüber anderen Menschen.

Bezogen auf personale Gesundheitsrisiken differenziert die Attributionspsychologie auch danach, ob sie typenbedingt prädisponiert sind oder inwiefern sie abhängig von bestimmten Konstellationen und Lebenswegen der Persönlichkeiten sind. So verbinden auch in neuerer Zeit Autoren „Persönlichkeitstypen“ mit der Entstehung spezifischer Krankheiten: Eysenck und Grossarth-Maticek charakterisieren z. B. mit "Typ I" die Krebspersönlichkeit, die geprägt ist durch Verlusterlebnisse, Abhängigkeit von anderen Menschen, Gefühlsunterdrückung, Hilflosigkeit und Depression (vgl. Waller 1996, 50f).

### III.1.2.2.2 Entwicklungsorientierte Persönlichkeitstheorien

Nach entwicklungsorientierten Persönlichkeitstheorien sind „verletzliche“ Persönlichkeiten durch übergroße Zurückhaltung gegenüber oder Ängstlichkeit in ungewohnten Situationen

anfälliger für gesundheitliche Störungen. als „unverletzliche“ Persönlichkeiten. Letztere sind stressresistent bzw. "resilient" und zeigen eine große Widerstandskraft gegenüber Konflikten und Belastungen, denen sie mit hoher psychischer Flexibilität begegnen und sich dadurch vor Krankheit bewahren: durch die Fähigkeit, belastende Situationen effektiv zu verarbeiten, das Gefühl von Selbstwert, Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit, gute und sichere Beziehungen zu anderen Personen, Anpassungsfähigkeit an wechselnde Bedingungen sowie Problemlösefähigkeit (vgl. Rutter, Giller und Hagell 1998).

### **III.1.2.3 Theorien zu Bedingungen psychischer Gesundheit**

Becker (1982) skizziert Bedingungen der psychischen Gesundheit. Als Eigenschaften eines Menschen, die entscheidend im Umgang mit gesundheitsriskanten kritischen Lebensanforderungen sind, benennt er „seelische Gesundheit“ und „Verhaltenskontrolle“. „Seelische Gesundheit“ bezeichnet die „Fähigkeit zur Bewältigung externer und interner Anforderungen, die sich in optimistischer Stimmung, seelisch-körperlichem Wohlbefinden, Selbstaktualisierung und selbst- und fremdbezogener Wertschätzung ausdrücken“. „Verhaltenskontrolle“ bezeichnet die „Zuverlässigkeit, mit der die eigenen Handlungen reguliert werden können, und zwar im Ausmaß von starkem und schwachem Pflichtbewusstsein und starker oder schwacher Risikofreude“ (vgl. Becker 1995, 224, in Hurrelmann 2000, 50). Wenn seelische Gesundheit überdauernd und stabil ist, wird sie von Becker als „habituelles Wohlbefinden“ und „Lebensfreude“ bezeichnet. Psychisch Gesunde engagieren sich in konkreten Vorhaben, sind außengerichtet und liebesfähig. Sie haben ein gutes Selbstwertgefühl, Selbstachtung und Selbstsicherheit. Besonders Gefühle des Glücks, der Erfüllung und der Ergriffenheit treten in Verbindung mit Gefühlen der Erregung und der Entspannung auf.

Auch im medizinischen Forschungsbereich wird nach dem Modell von Becker versucht, entsprechende Indikatoren für körperliche Entwicklung zu identifizieren. So hat Franke sieben objektivierbare Kriterien für körperliche Gesundheit herausgearbeitet: Zufriedenheit mit dem momentanen Körperzustand, Gefühl von Ruhe und Muße, Vitalität und Lebensfreude, Entspannung, Genussfreude und Lustempfinden, Konzentration und Reaktionsfähigkeit sowie angenehmes Körperempfinden. Insgesamt fokussieren Lern- und Persönlichkeitstheorien auf bestimmte Persönlichkeitsmerkmale, die Ausmaß und Profil der Kompetenzen beschreiben, mit denen ein Mensch den Umwelt- und Körperanforderungen gerecht zu werden versucht. Dies kann mehr oder weniger gelingen.

### III.1.2.4 Anthropologische Theorien

Zu den personenbezogenen Modellen ist auch die anthropologische Bestimmung von Gesundheit zu rechnen. Sie legt den Akzent eindeutig auf den einzelnen Menschen, weil immer nur der einzelne Mensch gesund und krank sein kann. Entsprechend ist Gesundheit/ Krankheit in leiborientierten Theorien nach subjektiven Kriterien zu bewerten - als Annahmen darüber, was körperliches und seelisches Wohlbefinden ausmacht bzw. beeinflusst. Befinden ist erst im Missbefinden spürbar (Plügge 1986, 107). Der Leib ist zunächst nur gegenwärtig als stummer Gast, der von uns „vernachlässigt“ und „mit Schweigen übergangen wird“ (Waldenfels 1999, 21). Leibempfindungen anderen mitzuteilen, funktioniert über Sprache, vor allem als eher unbestimmte Äußerungen, wie z.B. „Ich fühle mich nicht wohl“ oder „Ich fühle mich irgendwie nicht gut“. Die Ursache derartiger Störungen ist in dieser Phase der Störung noch unklar. Eine beginnende Erkrankung, ein plötzlicher Wetterumschlag, eine beunruhigende berufliche Situation, ein ärgerlicher oder beängstigender oder auch nur als bevorstehend gefürchteter Wandel in den eigenen mitmenschlichen Beziehungen können sich in einem solchen Missbefinden bemerkbar machen. Als Gesunder im alltäglichen Tun und Lassen bin ich gar nicht bei mir. „Ich bin dort, im Geplanten, Gewollten. Können, Mögen, Wünschen, Erstreben sind dann Akte meines leiblichen Ichs. Wir wissen nicht viel von unserem Leib, wenn wir von irgend etwas oder irgend jemand gefesselt sind“ (Plügge 1986, 109). Ähnlich argumentiert auch Gadamer, wenn er sagt, es liege „ganz unzweifelhaft in der Lebendigkeit unserer Natur, dass die Bewusstheit sich von sich selbst zurück hält, so dass Gesundheit sich verbirgt. Trotz aller Verborgenheit kommt sie aber in einer Art Wohlgefühl zutage, und mehr noch darin, dass wir vor lauter Wohlgefühl unternehmungsfreudig, erkenntnisoffen und selbstvergessen sind und selbst Strapazen und Anstrengungen kaum spüren – das ist Gesundheit“ (Gadamer 1994, 144 f.).

Versehen mit einer anthropologischen Begrifflichkeit ist Gesundheit in erster Linie ein Existenzial, in dem wir uns selbst am nächsten sind und das folglich von keinem Außenstehenden im Zugang überboten werden kann. Darüber hinaus ist Gesundheit nach Gadamer ein Widerfahrnis, das sich der Machbarkeit, der eigenen wie der durch den Arzt, entzieht. Gesund werden muss man, ja muss der Körper alleine; Hilfe ist immer Hilfe zur Selbsthilfe. Letztlich bleibe die Gesundheit im Schatten des Bewusstseins oder implizit. Gerade diese Verborgenheit unterscheidet sie ja von der Krankheit, die den Leib oder Teile von ihm thematisch werden lässt. (vgl. Seewald 2003)

Dies nun ist der Fall bei jeder Art von Missbefinden und auch schon bei der Müdigkeit. Sie machen die Aufgabe schwer oder undurchführbar, das steuernde Ich und die zu dirigierende oder zu überwindende Leiblichkeit treten auseinander. In dem Maße, wie ich mich schwer, müde, unfähig fühle, indem mir die Arme und Beine nicht mehr so „gehörchen“ wie gewohnt, ziehe ich mich in mich selbst zurück und will zunächst nichts mehr von dem wissen, was ich einmal vor hatte. „Anstelle des Weltbezugs tritt jetzt eine Beziehung zu meiner eigenen Leiblichkeit“ (Plügge 1986, 110). Plügge unterscheidet in diesem Sinne zunächst alle Zustände mit ungestörtem Weltbezug von denen, deren Beziehung zur Welt getrübt oder gestört sind. In dem Sich-melden des Körpers bekommen die betroffenen Gliedmaßen oder Organe in der damit verbundenen inneren Distanz immer etwas Dinghaftes. Und diese „Verschränkung von leiblichem Ich, verborgener Leiblichkeit und gegenständlich getönter Leiblichkeit hat nichts von einer endgültig definierbaren Struktur. Distanzierung und Wiederannäherung wechseln dauernd, je nach Situation. Es ist ein immer fließendes Hin und Her zwischen Selbstentfremdung und Wiedervereinigung von Ich und Leib“ (ebenda, 112). Die Skala der möglichen Zustände reicht von der völligen Identität von Ich, Leib und Körper (z.B. im Tun, im Aufgehen bzw. Verschmelzen mit der Welt) bis hin zu einem entfremdeten Zustand, in dem das Ich mit dem Auftauchen des gegenständlich Körperlichen im Rahmen der Leiblichkeit nicht mehr zurecht kommt.

Bei lokalisierbaren Beschwerden tritt das Phänomen auf, dass das schmerzende oder drückende Körperteil/Organ nicht nur etwas Dinghaftes bekommt, dass Ich Schmerzen im Rücken habe, sondern der Rücken hat auch mich, er lässt mich nicht los in unangenehmer oft plagender Weise. Haben und Gehabt-Werden sind im leiblichen Bereich eins, sind zwei Aspekte des gleichen Sachverhalts. „Erst mit der Lokalisierbarkeit einer Beschwerde kommt es zu dem eigenartigen Verwobensein von Haben und Gehabt-Werden, von befremdendem Auftauchen eines leiblichen Teils und dem gleichzeitigen zwanghaften Umsorgen, d. h. einem verstärkten Eigen-Sein“ (ebenda 114).

Sich seines Leibes bzw. seiner Befindlichkeiten vollkommen bewusst zu werden, würde sich einer Art Dingbewusstsein des Leibes annähern. Die vollkommene Identifizierung von Ich und Leib ist im Grunde genommen ein Grenzfall. Dagegen finden sich viel häufiger Verschwommenheit, Abstand, Fragwürdigkeit, Unsicherheit oder gar eine weitgehende Trennung zwischen leiblichem Ich und gegenständlich gefärbter Leiblichkeit. Untersucht man Situationen, in denen man sich behaglich fühlt, wird dieser Zustand immer auch beurteilt vor dem Hintergrund eines vorhergehenden, überstandenen oder verschwindenden

Missbefindens, das nun, beim beginnenden Ausruhen, Entspannung und Glücksgefühl ermöglichen. Behaglich fühlen, den Körper genießen, das können wir nur, „weil wir uns sicher wähnen, dass unsere beschwerliche Körperlichkeit im Begriff ist, ihre Gegenständlichkeit aufzugeben und damit als Lastcharakter zu verschwinden“ (ebenda 126).

Leibbewusstsein „lebt aus der Spannung zwischen Stummheit und Ausdruck, zwischen Unauffälligkeit und Auffälligkeit, zwischen Unbekanntheit und Bekanntheit; ihm ist ein leibliches Un- oder Vorbewusstes eingeschrieben“ (Waldenfels 1999, 21).

Gleichzeitig ist das leibliche In-der-Welt-Sein von vornherein verbunden mit den anderen Menschen - als gesellschaftliches Wesen ist der Mensch konstitutionell auf Kontakt, Kommunikation und Kooperation mit anderen Menschen angewiesen. Gerade eine Erkrankung lässt deutlich werden, dass derjenige, der leidet, nicht nur auf andere angewiesen, sondern immer schon in Gemeinschaft ist. In das Angesicht dieses einen Leibes sind die Erfahrungen, Leiden und Freuden, ist die Möglichkeit dieses Menschen eingeschrieben.

### **III.1.2.5 Das Konzept der Selbstsorge**

Selbstsorge steht im Mittelpunkt der hellenistischen Ethik als einer "Praxis der Freiheit des menschlichen Subjekts" (Steinkamp 1998, 371). Sie definiert eine "Verhaltensweise sich selbst und den anderen, ja allem gegenüber: wie man die Welt betrachtet, wie man Handlungen ausführt, wie man sich auf andere bezieht; sie ist eine Selbstbeobachtung dessen, was man denkt, was in diesem Denken geschieht und wie es vor sich geht; und sie ist eine Weise der Selbstbehandlung, mit der man sich selbst verpflichtet, reinigt, transformiert und modifiziert" (Becker 1993, 30). Der Kern der Selbstsorge ist die (tägliche) Bereitschaft zur Selbstreflexion und zur Blickveränderung. Der Schlüssel zur Bewahrung der eigenen Gesundheit liegt in dieser Art von Meditation und Gewissensprüfung und dem Streben nach Erkenntnis und Wahrheit. Dieses fördert persönliches Wachstum und persönliche Souveränität.

In seinem Spätwerk entwickelt Michel Foucault die Idee der Selbstsorge, die auf eine antike Ethik zurückgeht (Platon, Sokrates) (Foucault, 1993, Steinkamp, 1998). Foucault beschrieb in einem früheren Werk (Foucault, 1961) die Veränderungen der frühen französischen Psychiatrie und die Auswirkungen der totalen Institution auf die Freiheitsgrade auch der Beschäftigten. Er meint, dass das Konzept der Selbstsorge eine Möglichkeit sei, sich in der Institution eine innere Freiheit zu bewahren und sich gleichzeitig gegenüber der Versuchung

zu schützen, strukturelle Macht über die betreuten Menschen auszuüben (vgl. Jantzen 1993, S.184ff): "Indem man sich mit sich selbst befasst, befähigt man sich dazu, sich mit anderen zu befassen. Zwischen dem Sich-mit-sich-Befassen und dem Sich-mit-anderen-Befassen besteht ein Finalitätsband" (Foucault 1993, 43). Ich brauche andere, um zu Wahrheit und Selbsterkenntnis zu gelangen. Fremdbestimmung, Außenlenkung und die Unfähigkeit zu subjekthafter Entscheidung sind dabei kontraproduktiv.

An dieser Stelle ist der Widerspruch zwischen dem eher strukturalistischen und dem eher subjektorientierten Foucault anzumerken. Auf der einen Seite erscheint ihm die Verwaltung der Massen als Schlussstein einer totalen Bevormundung der Macht, "die das Leben in ihre Hand nimmt, um es (...) im einzelnen zu kontrollieren und im Gesamten zu regulieren" (Foucault 1983, 163). Auf der anderen Seite thematisiert er das freie Individuum im Zusammenhang mit der antiken Daseinsethik, die den Ausgangspunkt für seine Sexualitätsstudien bilden. Damit wiederum wird es ihm möglich, die Normierung und Normalisierung zu unterlaufen, denn die ästhetischen und diätetischen Entscheidungen über die "Art und Weise, wie man sich führen und halten soll" (Foucault 1986, 37), liegen diesseits der internalisierten oder adressierten Normen; sie machen deren Befolgung erst möglich und halten sie zugleich problematisierbar. Seine bis dato einseitige Forschungsperspektive wird ergänzt um das Interesse an der "Art und Weise, wie das Individuum sein Verhältnis zur Regel einrichtet" (ebenda, 38). Diese Wendung ermöglicht den weiten Raum einer durch persönliche Wahl geformten Individualität; die Individuen sind nun fähig, "sich über ihr eigenes Verhalten zu befragen, es zu formen und sich selber als ethisches Subjekt zu gestalten (ebenda, 18) - an der so erfolgenden "individuelle Führung" macht er die Gegenwartsrelevanz der antiken Selbstsorge fest. Die Regeln des Zusammenlebens bleiben zwar in Kraft, treten jedoch an den Rand der theoretischen Blickrichtung (vgl. Reitz 2003, 93ff.). Foucault thematisiert im Kontext der Freiheitspraxis des Subjekts in der Betreuungsarbeit die Gruppe. Im Prozess der Subjektwerdung "haben andere Mitglieder der (...) Gemeinschaft eine entscheidende Rolle zu spielen, als notwendige Agenten, die jemanden in die Lage versetzen, die Wahrheit über sich selbst zu entdecken" (Foucault 1996, 119).

Vorgeschlagen wird eine leibliche Selbstsorge, die den anderen im gemeinsamen Zur-Welt-Sein mit begreift und damit nicht nur eine narzisstische Selbstspiegelung bedeutet und den anderen instrumentalisiert. Das Konzept der Selbstsorge kann so eine Möglichkeit bieten, sich in einer Institution eine innere Freiheit zu bewahren und sich gleichzeitig gegenüber der Versuchung zu schützen, strukturelle Macht über die betreuten Menschen auszuüben. Offen bleibt bei Foucault, wie genau dies passiert. In welchem Verhältnis steht der leibliche

Aspekt des Lebens zu dem reflexiven? Unter der Perspektive der Zwischenleiblichkeit, d.h. der vorreflexiven gemeinsamen Verankerung in der Welt ist das Verhältnis zu den Anderen nicht nur instrumentell zu sehen, sondern fundamental verbunden (vgl. Kap. IV.1.3).

### **III.1.3 Gesellschafts- und kulturbezogene Ansätze**

Diese Theorien heben besonders auf institutionelle und gesellschaftliche Einflussfaktoren ab. Krankheit und Gesundheit werden als Resonanz auf Sozialisations- und Machtstrukturen in der Gesellschaft gesehen. In den 20 Jahren seit Bestehen der Ottawa-Charta hat sich eine breit gefächerte Diskussion über soziale und politische Aspekte der Entstehung von Gesundheitsproblemen sowie über deren Bekämpfung entfaltet. Die sozialen Bestimmungsfaktoren von Gesundheit rücken in Deutschland und international immer stärker in den Mittelpunkt der Debatte über die Zukunft des Gesundheitswesens. Umfangreiche Analysen zeigen, dass sozial benachteiligte Bevölkerungsgruppen überproportional von Krankheit betroffen sind und deshalb auch den größten Bedarf an Leistungen des jeweiligen Gesundheitssystems aufweisen. Die negativen Effekte einer niedrigen sozialen Schichtzugehörigkeit wurden für eine große Anzahl von Krankheiten in vielen unterschiedlichen Kulturen empirisch belegt, so dass soziale Benachteiligung als fundamentale Ursache von Krankheiten bezeichnet werden kann (vgl. Wright 2006, 56). Die Gründe hierfür lassen sich auf zwei wesentliche Ursachengeflechte zurückführen: Armut und soziale Ungleichheit. Eine erfolgreiche Gesundheitspolitik bekämpft dementsprechend nicht nur die Gesundheitsprobleme im engeren Sinne, sondern auch ihre Ursachen und Konsequenzen. Rosenbrock unterscheidet in diesem Zusammenhang zwischen einer expliziten und impliziten Gesundheitspolitik: Explizit werden im Rahmen der Strukturen des Gesundheitssystems unmittelbare Krankheitsursachen bekämpft (z.B. Impfungen oder Kampagnen gegen gesundheitsschädliche Verhaltensweisen). Implizite Gesundheitspolitik wirkt auf Arbeits-, Bildungs- und Sozialpolitik ein, um an den mittelbaren Krankheitsursachen ansetzt. Dieses Bewusstsein über soziale Determinanten schlägt sich nun vor allem auf breit angelegte Strategien im expliziten Bereich nieder (vgl. ebenda, 57). Für den Rahmen dieser Arbeit ist bemerkenswert, dass gerade den impliziten Ursachenzusammenhängen von chronischen Spannungen und permanenten Belastungen von der Forschung bisher wenig Aufmerksamkeit gewidmet wurde, obwohl sie gesundheitsgefährdende Lebensweisen (Alkohol, Nikotin, Medikamente) fördern und den Gesundheitszustand längerfristig erheblich beeinflussen. Bekannteste Formen sind u. a. die chronisch-

degenerativen Massenerkrankungen Stress und Rückenschmerzen sowie das Burn-Out-Syndrom; neueren Datums sind Krankheitsbilder wie das Chronische Erschöpfungssyndrom (CFS)<sup>44</sup>, Angststörungen, Depressionserkrankungen<sup>45</sup>, Persönlichkeitsstörungen, Hyperaktivität, Alexithymie etc. (vgl. Rosa 1999, 411). Auch Arbeitssucht ist ein Phänomen, das sich in den vergangenen 10 Jahren in Deutschland zu einem Massenphänomen entwickelt hat.

Der Diskurs über gesellschaftsbezogene Ursachen für Krankheiten finden sich besonders in kritischen Medien. Als anschauliches Beispiel hier ein Zitat aus „Arbeit macht süchtig“: „Täglich stürzen sich zehntausende Bundesbürger ‘maßlos und selbstzerstörerisch’ in ihren Beruf, so Wirtschaftswissenschaftler Holger Heide von der Universität Bremen. ‘Viele dieser Menschen leben nur noch für ihre Arbeit’ ... Herzinfarkte, Depressionen, Hörstürze und Magengeschwüre sind die Folge des Raubbaus am eigenen Körper. .. ‘Man ist nie mit der eigenen Leistung zufrieden und kann nicht mehr aufhören.’ ... Zu den Gründen des Anstiegs zähle, dass immer mehr Betriebe mit Kalkül die Einteilung der Arbeitsstunden ihren Beschäftigten überließen. Arbeitsleistung und Selbstaussbeutung stiegen enorm. Das süchtige Arbeiten habe nach Erkenntnissen von Sozialforschern und Psychologen seine Wurzeln schon in der Kindheit. Betroffenen fehle Anerkennung“ (Neues Deutschland 28.08.01).

### **III.1.3.1 Interaktions- und Sozialstrukturtheorien**

Solche Theorien zeigen sich z.B. in den von der WHO verfassten „Einzelzielen für Gesundheit“. Darin heißt es, dass der größte Teil der Unterschiede im Gesundheitszustand auf Lebens- und Arbeitsbedingungen zurückzuführen ist (WHO 1985, 85). Ausmaß und Art verhaltensbezogener Gesundheitsrisiken sind von gesamtgesellschaftlichen Prozessen abhängig. Ein Phänomen das an der Nahtstelle zwischen Lebensbedingungen und Gesundheitsrisiken zu verorten ist, ist das Problem der „Individualisierung“. So stellt Hurrelmamm fest, dass der „hohe Individualisierungsgrad der alltäglichen Lebensführung zu einer strukturell schwierigen Ausgangsbedingung für die individuelle Herstellung der

---

<sup>44</sup> „Chronic Fatigue Syndrome“: extreme, oft über Jahre anhaltende, lähmende Erschöpfung und Erschöpfbarkeit durch geringste Anstrengungen (vgl. Sobetzko 3/1998, internet).

<sup>45</sup> Der kanadische „Business and Economic Roundtable on Mental Health“ berichtet, dass „at any given time, an estimated 10 per cent of the work force is suffering from depression, "a pervasive and treacherous illness" that often goes undiagnosed and untreated.“ und „Depression is by far the leading cause of disability today“, so Mr. Wilkinson von der Versicherung Liberty Health (in Galt, V., Workplace Reporter, v. 21.7.2000).



körperlichen, psychischen und sozialen Gesundheit geworden ist. Die Selbstreflexivität stellt hohe Anforderungen an Flexibilität und zugleich auch Stabilität der Anpassungs- und Steuerungskapazitäten jeder Person. Viele individuelle Entwürfe scheitern an den alltäglichen strukturellen Lebensanforderungen und Vorgaben, die durch berufliche und ökonomische Bedingungen gesetzt sind. Jede Person hat die geeigneten Koordinationen und Kompromisse zu finden und sie in einer identitätsstiftenden Weise mit den tatsächlichen Lebensbedingungen und Persönlichkeitsstrukturen in Einklang zu bringen“ (Hurrelmann 1988, 81 f.).

Befunde zeigen, dass z.B. die neuen Formen selbständiger Erwerbstätigkeit mit hohen Anforderungen und Belastungen verknüpft sind, deren Bewältigung ein entwickeltes System personaler, sozialer und institutioneller Ressourcen voraussetzen.

So können auch die verschiedenen Formen der Erwerbsarbeit gesundheitsgefährdend als auch gesundheitsfördernd wirken: sie definieren den sozialen Status, bestimmen den Lebensstil und ermöglichen die soziale existentielle Sicherung des Menschen.

Arbeitsbedingungen sind nach wie vor prägend für die Lebensbedingungen der Menschen in modernen Industriegesellschaften. Auch wenn Erwerbsarbeit an Bedeutung im Lebenslauf verliert, auch wenn nur knapp die Hälfte der Bevölkerung in Industriegesellschaften in formalisierte Arbeitsorganisationen einbezogen ist, werden von hier aus Maßstäbe und Regeln diktiert, die gesamtgesellschaftlich gültig und wirksam sind. Insbesondere werden die Standards festgelegt, nach denen die menschliche Gesundheit und das menschliche Wohlbefinden definiert werden. Belastungen und Konflikte in Arbeitsbereichen und zunehmend auch in den ihnen vorgelagerten Bildungs- und Ausbildungsbereichen gehören zu den wesentlichen Entstehungsbereichen für gesundheitliche Beeinträchtigungen (Hurrelmann 1988, 12).

Der Umfang gesundheitlicher Beeinträchtigungen und Schäden aufgrund von Arbeitsbedingungen lässt sich allerdings nur unzulänglich aus den Statistiken über Arbeitsunfälle, verbreiteten Krankheitsbildern, Berufskrankheiten und Frühberentungen ablesen. Die Angaben sind insofern nicht aussagekräftig, als z.B. Berufskrankheiten nur dann als solche angesehen werden, wenn sie zweifelsfrei auf berufliche Einwirkungen zurückzuführen und nach Berufskrankheitenverordnung als entschädigungspflichtig anerkannt sind. Darunter fallen aber noch nicht psychische und psychosomatische Erkrankungen, die aufgrund von Stress, Arbeitshetze, Konkurrenzdruck, Über- oder Unterforderung entstehen können (Waller 1996, 67). Welche Zusammenhänge zwischen Stress und Depressionen bestehen, wird in Abschnitt II.2.3 näher ausgeführt.

Ob das gesamte toxische, psychosomatische und psychosoziale Gefährdungspotential tatsächlich zu Krankheiten führt, hängt wiederum von vielerlei Bedingungen ab: von Beanspruchungen und Regenerationsmöglichkeiten in wie außerhalb der Arbeit, von der körperlichen und psychischen Disposition einschließlich der jeweiligen Vorerfahrungen, Verhaltensmuster und Persönlichkeitseigenschaften, von Einkommen, Bildung, familiären Bedingungen, Umwelteinflüssen, Ernährungsgewohnheiten sowie auch von gesundheitsprotektiven bzw. salutogenetischen Faktoren.

### **III.1.3.2 Public-Health-Theorien**

Public-Health-Theorien gehen davon aus, dass rein individuenbezogene Gesundheitsprogramme keinen Einfluss auf gesellschaftliche Umstände haben. Eben diese Umstände führen dazu, dass sich immer wieder neue Personen diesen Umständen aussetzen. Aufgabe von Public Health ist: Einfluss auf Umstände nehmen, die zur Entstehung von Krankheit führen. Sie leiten aus der Analyse der Zusammenhänge zwischen sozialen Merkmalen und dem Gesundheits- und Krankheitszustand der Bevölkerung ab, welche spezifischen Leistungen das Gesundheitssystem in komplexen Gesellschaften zu erbringen hat (vgl. Hurrelmann 2000, 85f.). Allerdings sehen Public-Health-Vertreter oft auch den Wald vor lauter Bäumen nicht und bedienen sich eher einer Rhetorik des Sozialen und Präventiven. Die gesundheitsabträglichen Einflüsse, die durch gesellschaftlich tiefer liegende Probleme bedingt sind, rücken in den Hintergrund zugunsten von „innovativen“ Einzelprojekten mit und für besondere soziale Gruppen (vgl. Beiträge in Flick, 2002).

Ein wesentliches Aufgabenfeld von Gesundheitswissenschaften ist die Interventionsforschung. Ihr Schwerpunkt liegt bei der Überprüfung diverser Maßnahmen, die Krankheiten verhindern oder lindern bzw. die Gesundheit stärken sollen (vgl. Wright 2006, 56).

### **III.1.4 Integrative Ansätze**

Hurrelmann kritisiert im Hinblick auf die Zurückdrängung von Krankheitsrisiken und Stärkung von Gesundheitspotentialen die bisherigen Versuche einer Klassifikation von Krankheit und Gesundheit, insoweit sie noch nicht in der Lage sind, ein „interdisziplinär verwendbares, integratives Konzept und eine Arbeitsdefinition von Krankheit und Gesundheit zu entwickeln, die auf eine möglichst breite Zustimmung in der Wissenschaftsgemeinschaft und unter den professionell arbeitenden Praktikern stößt“ (Hurrelmann 2000, 84).

Er differenziert verschiedene Theoriegruppen, deren Grundvorstellungen sich eher personenbezogenen, eher gesellschaftsbedingten oder eher integrativen Modellen zuordnen lassen. Um eine Orientierung in der Theorie und Praxis des Diskurses um Gesundheit und Krankheit zu geben, leitet Hurrelmann aus den 5 Theoriesträngen vier interdisziplinär tragfähige Leitvorstellungen ab:

- Gesundheit als gelungene und Krankheit als nicht gelungene Bewältigung von inneren und äußeren Anforderungen
- Gesundheit als Gleichgewicht und Krankheit als Ungleichgewicht von Risiko- und Schutzfaktoren auf der körperlichen, psychischen und sozialen Ebene
- „relative“ Gesundheit und „relative“ Krankheit nach objektiven und subjektiven Kriterien
- Gesundheit und Krankheit als Reaktion auf gesellschaftliche Gegebenheiten (Hurrelmann 2000, 86).

Offen bleibt, inwiefern gesellschaftlich und/oder individuell Gesundheit und Krankheit im Sinne einer normalisierenden Kontrolle bewusst beeinflusst werden können, sowohl was die gesellschaftlichen Bedingungen von Gesundheit/Krankheit als auch das individuelle Gesundheitsverhalten bzw. die Bewältigung von Krankheit anbelangt.

Gesundheit ist insofern ein widersprüchliches Phänomen: Einerseits in aller Munde und individuell erreichbar, andererseits verborgen und unverfügbar; einerseits eine individuelle Angelegenheit, andererseits ein gesellschaftliches Phänomen. Werden diese Widersprüche dialektisch aufgefasst, so könnte eine Aufhebung der Widersprüche darin bestehen, das jeweils Andere im Denken mit anwesend zu halten (vgl. Seewald 2003). Also: Die Offensichtlichkeit und Selbstevidenz von Gesundheit ist nur möglich, insofern sie gleichzeitig verborgen und unverfügbar bleibt. Und: Die individuelle Dimension von Gesundheit (Existenzial) ist nur möglich, insofern der Mensch und die Gesundheit konstitutiv als gesellschaftlich gedacht werden. Konstitutiv meint, dass der Mensch erst im und durch den sozialen Kontakt zum Menschen wird und nicht, dass er als Einzelner denkbar ist, der von der Gesellschaft nur geprägt wird.

Diese Sichtweise hat Konsequenzen für die soziologische Praxis. Wird Gesundheit in erster Linie als gesellschaftlich hergestellt betrachtet, so folgt daraus für einen soziologischen Gesundheitsbegriff, dass er sich auf Institutionen- und Gemeinwesenarbeit zu konzentrieren hätte. Individuumzentrierte Arbeit wäre dann problemverkürzend. Wird jedoch Gesundheit in ihrer gesellschaftlichen Dimension als im Individuellen mit anwesend gedacht, so schließt

dies eine individuumzentrierte Arbeit zumindest nicht prinzipiell aus. Überspitzt gesagt, ist Gesundheit „zwar individuell erlebt und angeeignet, aber gesellschaftlich hergestellt“ (Seewald 2006, 289). Interventionen sind nur dann sinnvoll, wenn sie sich immer auf beide Pole dieses Verhältnisses beziehen: die biogenetischen Verhaltenspotentiale, individuellen Handlungskompetenzen und Ressourcen einerseits und die Handlungsanforderungen der sozialen Umwelt andererseits. Die Frage ist, wie dies geschehen kann.

#### **III.1.4.1 Allgemeine Stress- und Bewältigungstheorien**

Stress- und Bewältigungstheorien stellen sich die Frage, wie sich ein Mensch mit alltäglichen Bedingungen und kritisch-ungewöhnlichen Ereignissen auseinander setzt, welche gesundheitlichen Folgen sich ergeben, wenn die Bewältigung nicht gelingt und wie es gelingen kann. Die neuen Impulse der Stressforschung tragen insofern zum Verständnis soziopsychosomatischer Zusammenhänge bei, als sie das Ursache-Wirkungs-Verständnis traditionaler arbeitsbezogener Gesundheitsforschung um die Bedeutung des eigenen Selbstverständnisses bzw. Selbstbildes sowie der Wahrnehmung und Bewertung der Umwelt durch die Individuen selbst für den Prozess der Entstehung von bzw. der Resistenz gegenüber Krankheiten erweitert. Die Stressforschung hat dabei der (insbesondere arbeitsbezogenen) Gesundheitsforschung wesentliche Impulse gegeben (vgl. Nitsch, 1981 und die Arbeiten der Forschungsgruppe um Badura). Im folgenden soll geprüft werden, ob sie auch für die Bewältigung postmoderner Anforderungen fruchtbar gemacht werden kann.

##### **III.1.4.1.1 Stressentstehung**

Das zentrale Modell zur Erklärung von Gesundheitsrisiken, das vor dem Hintergrund soziopsychosomatischen Modells argumentiert, ist das Stresskonzept. Es geht zurück auf die in den 30er Jahren des 20. Jahrhunderts entwickelte Stresstheorie von Selye, nach dem Stressreaktionen - ähnlich wie in der Tierwelt - als atavistische Anpassungsreaktionen des Organismus ("*fight or flight*") verstanden werden: über neurohormonale Regulationsmechanismen werden schlagartig sämtliche Ressourcen des Organismus mobilisiert, wenn die Umweltanforderungen die Fähigkeiten des Einzelnen zur Bewältigung übersteigen<sup>46</sup>. Wenn der Organismus fliehen oder kämpfen kann, normalisieren sich die

<sup>46</sup> Der Pschyrembel von 1994 versteht in Anlehnung an Selye unter Stress einen „Zustand des Organismus, der durch ein spezifisches Syndrom (erhöhte Sympathikusaktivität, vermehrte Ausschüttung von Katacholaminen, Blutdrucksteigerung u.a.) gekennzeichnet ist, jedoch durch verschiedenartige unspezifische Reize (Infektionen,

Körperfunktionen wieder, wird das Systemgleichgewicht wiederhergestellt. Diese Mechanismen entziehen sich der direkten Kontrolle des Individuums.

In hochorganisierten und effizient strukturierten Gesellschaften ist eine urtümliche spontane Spannungsabfuhr in Formen von Flucht oder Kampf aber undenkbar. Wenn nun kein adäquate Bewältigung stattfindet, verharrt der Körper in seinen Bereitstellungsreaktionen und läuft weiter "auf Hochtouren", verbunden mit den entsprechenden psycho-physischen Reaktionen. Wenn Stress auf diese Weise zum Dauer-Stress wird, kann es - in Kombination mit lebensweisebedingten Risiken (falsche Ernährung, Medikamente, Mangel an Bewegung, Übergewicht) - zu Funktionsstörungen des vegetativen Nervensystems bis hin zu schweren Organschädigungen in Form von Herz-Kreislauf- und Magenenerkrankungen sowie zu psychischen Störungen kommen. Wesentliches Moment der Dauerbeanspruchung ist die Angst vor Risiken, die in ihrer Entstehung vom einzelnen kaum durchschaubar und in ihren Auswirkungen wenig kontrollierbar sind.

Jüngere psychologische Studien zu diesem Thema beziehen sich im wesentlichen auf das transaktionale Stresskonzept nach Lazarus (1981), in dem die individuelle Bedeutung von Stressfaktoren berücksichtigt wird. Menschen reagieren auf gleiche Ereignisse in unterschiedlicher Weise. Lazarus zufolge sind kognitive Bewertungsprozesse ein wichtiger Co-Faktor der Stressentstehung. Stress kann sich auf doppelte Weise äußern: er kann zur Mobilisierung von Kraft, als Antrieb dienen, aber auch zur gesundheitlichen Gefährdung führen. Bei der gefühlsmäßigen Bewertung von Ereignissen spricht Selye von "Eu-Stress" (positiv) oder "Dis-Stress" (negativ). Krank zu werden bzw. gesund zu bleiben hängt demnach auch vom Selbstbild und von der subjektiven Einschätzung und Bewertung eigener und fremder Aktivitäten und von Situationen ab. Denn sie entscheiden darüber, warum und in welchem Ausmaß eine bestimmte „Transaktion“ oder eine ganze Serie davon zwischen dem Menschen und seiner Umwelt als Bedrohung oder Verlust und daher als belastend empfunden wird.

Stress erweist sich so zwar "als spezifisches Syndrom, dennoch wird er unspezifisch hervorgerufen" (Selye 1991, 83). Jede denkbare Ursache kann zum "Stressor" werden, je

---

Verletzungen, Verbrennungen, Strahleneinwirkung, aber auch Ärger, Freude, Leistungsdruck und andere Stressfaktoren) ausgelöst werden kann. „Psychischer Stress entsteht infolge einer Diskrepanz zwischen spezifischen Anforderungen und subjektivem Bewältigungsverhalten.“ Auch die WHO-Definition von 1994 (Stress als unspezifische Reaktion des Körpers auf jegliche Beanspruchung) basiert auf Selyes Stresskonzept.

nachdem wie sie fähig ist, Stress zu erzeugen (ebenda, 93). Wenn Stress allerdings "alles sein kann - gut und schlecht, Über- und Unterforderung, lebensgefährlich und lebensnotwendig - dann wird dieser Stress-Begriff gleich-gültig" (Karazman 1994, 51) Auf der psycho-neuro-endokrino-immunologischen (PNI-)Ebene wurden die unterschiedlichen Reaktionen von Belastungen aus ausweglosen Situationen (im Tierversuch) und aus Situationen mit Ausweg (Stressforschung am Menschen) als *eine* unspezifische Reaktion und nicht als unterschiedliche psycho-biologische Prozesse angesehen (vgl. ebenda). Henry und Stephens entwickelten aus dieser Kritik eine Grunddifferenzierung des Stressphänomens in ein "Zwei-Achsen-Modell": mit der "aktiven Stress-Reaktion" soll eine unsicher gewordene Situation durch aktives Handeln erneut unter Kontrolle gebracht und ein Ausweg gefunden werden. Ein derartiges Verhalten "geht mit einer Verbesserung der Gesundheit und einem Anstieg von Immunzellen einher, unterdrückter Ärger und chronische Feindseligkeit jedoch mit erhöhtem Herz-Kreislauf-Erkrankungs-Risiko. Die "passive Stress-Reaktion" ist bestimmt durch (vermeintliche) Ausweglosigkeit und Kontrollverlust, die im Extrem zu einem "Gefangensein" in einer Käfig-Situation und damit zu permanenter Unsicherheit und Hoffnungslosigkeit führt. (vgl. ebenda, 51ff.)<sup>47</sup>

Allerdings können mit diesem Verständnis des Stress-Phänomens beim Menschen ebenfalls nur Extremsituationen abgebildet werden (Elektroschock, Lebensgefahr, Konzentrationslager). Karazman kritisiert an dieser Stress-Auffassung die behaviouristische "Objektivierung" von Stress auf Situationsmerkmale wie Ausweglosigkeit, Kontrollverlust und Handlungsspielraum und weist auf die in diesem Modell fehlende Dimension der subjektiven Bedeutung zwischen Subjekt und Welt hin. Er erweitert daher in Anlehnung an Frankl den Stressbegriff "existenzanalytisch". Der personale Sinnbezug zur Welt und die Freiheit, sich für einen Weg und einen Wert zu entscheiden, kann gestört werden und damit kann "Leben dann sinn-leer sein, wenn z.B. psychische Störungen ..., körperliche Veränderungen ... oder soziale Umbrüche ...den Sinnvollzug beenden, behindern,

---

<sup>47</sup> 1. Die "aktive Stress-Reaktion" beruht auf dem Sympathikus-Nebennierenmark-System (SNM): Dieses System verbindet Gehirnzentren über den Sympathikus-Nervenstrang mit dem Nebennierenmark, wo das Hormon Adrenalin produziert und zur raschen Mobilisierung der Person ins Blut abgegeben wird. Adrenalin bezweckt die rasche, maximale Handlungsbereitschaft und erhöht die psychische Aktivierung, den systolischen Blutdruck, den Puls, Glucose- und Fettsäure-Spiegel.

2. Die "passive Stress-Reaktion" beruht auf dem Hypothalamus-Hypophysen-Nebennierenrindensystem (HHN): Dieses System verbindet die für die biologische Regulierung der Psyche wichtige Hirnregion "Hypo-thalamus" über Hormone der Hypophyse mit der Nebennierenrinde, die dort vor allem das Hormon Cortisol ausschüttet. Die Cortisol-Ausschüttung bezweckt eine mittelfristige Dauer-Mobilisierung bei Dauerbelastung, indem die gesamte Biologie auf Überleben eingestellt wird, d.h. Eiweißabbau und -ausscheidung, Blutzuckererhöhung, erhöhte Fettmobilisierung. Die Immunabwehr tritt in den Hintergrund" (Karazman 1994, 52).

erschweren oder scheinbar verunmöglichen". Das heißt für ihn, "dass Stress beim Menschen nicht nur bei Gefährdung des bloßen Überlebens, sondern auch bei Gefährdung sinnvollen Überlebens - und selbst bei vermeintlicher Gefährdung dessen - entsteht" (ebenda, 56).

#### **III.1.4.1.2 Stressbewältigung**

Welche Bedingungen aber bestimmen nun, wann eine Person krank wird und wann nicht? Auf Stressoren reagiert ein Organismus zunächst mit einem Zustand der Spannung. Ob dieser Spannungszustand pathologische, neutrale oder heilsame Auswirkungen hat, scheint von seiner Bewältigung abzuhängen: Ist sie schlecht, wird die Spannung zum Stress, ist sie gut, wirkt sie gesundheitsförderlich (vgl. Becker, 1982, 10). Es gibt offenbar wirksame Faktoren, durch die verhindert wird, dass ein körperlich seelischer Spannungszustand in einen Stresszustand übergeht. Diese Faktoren nennt Antonovsky "*Generalized Resistance Resources*" (GRRs), "generalisierte Widerstandsquellen". Exemplarisch seien genannt: "materieller Wohlstand, Wissen und Intelligenz, Ich-Identität, Rationalität, Flexibilität und Weitsichtigkeit beim Lösen von Problemen, soziale Unterstützungssysteme sowie intakte Sozialstrukturen und eine funktionierende Gesellschaft" (in: Becker, 1982, 10). All diese Widerstandsquellen haben eine globale Grundorientierung gemeinsam, den "Kohärenzsinn", der eine Art "Kontrollüberzeugung" zum Ausdruck bringt bzw. lebensbejahende Dispositionsmerkmale beschreibt (s.u.) Andere Autoren beschreiben dies als "personale Ressource" (Jerusalem 1990), "Selbstwirksamkeit" (Badura, 1977) oder "psychische Kompetenz" (Becker, 1989, zit. in Schlicht, 1994, 26).

Eine Person, die Stress bewältigen kann, verfügt "über Handlungsregeln, die ihr das subjektive Gefühl von Kontrolle (Kontrollüberzeugungen) vermitteln" und "fühlt sich in der Lage, mit einer Situation entsprechend der eigenen Ziele 'fertig' zu werden." Von der subjektiven Einschätzung der eigenen Kompetenz hängt es ab, ob Situationen belastungs- bzw. stressmindernd wirken oder nicht. Das Ausmaß der individuellen Kontrollüberzeugungen, bestimmt die Stressvulnerabilität. (vgl. Schlicht, 1994, 81)

Diese Sichtweise wird von verschiedenen Autoren jedoch als "Individualisierung" oder auch Entpolitisierung des psychosozialen Kontextes "Stress" verstanden" (vgl. Karazman 1994, Ernst 1995). "Krank macht erst ein Umgang mit Stress, der diesen leugnen will oder ihn abgekoppelt - als Symptom - bekämpft, weil als Folge der Grund für den Stress - der

Stressor - unangetastet bleibt. Die Persistenz des Stressors führt aber zur Persistenz der Stress-Reaktion und diese Persistenz letztlich letztlich zur psychobiologischen Dekompensation, weil die Sondermobilisierung 'Stress' eben kein psychobiologischer Dauerzustand sein kann und DARF" (Karazman 1994, 49f).

Ein existenzanalytischer Begriff von Stress eröffnet einen personalen Bezug unter folgenden Fragestellungen: "Worum geht es der Person, wenn Stress auftritt? Wozu dient Stress in dieser Situation? Was ist das Gefährdete, auf welche Gefährdung weist Stress hin, welche sieht die/der Gefährdete denn?" (ebenda, 57). Zur Entstehung des Stresszustands wird demnach nicht mehr nur nach dem Vorhandensein von bestimmten Belastungen oder Beanspruchungen gefragt. Wichtig sind die Möglichkeiten des Umgangs mit belastenden Situationen, die wiederum von den Merkmalen der Person *und* der Situation abhängen. Damit bricht das Stresskonzept mit den herkömmlichen Annahmen der Arbeitsmedizin und des Arbeitsschutzes.

Das Stress-Konzept zeigt einen Zusammenhang von Umwelt und Organismus auf, der unterschiedliche krankheitsauslösende und krankheitsvermeidende Bedingungen einschließt, d.h. physiologische als auch psychologische und soziologische Zusammenhänge einbezieht (vgl. Prior/Renner 1995, 6). Die Bewertung, die subjektive Interpretation und damit die individuelle Situationsdeutung und Situationsbewältigung ist demnach ein wichtiger Ansatz von Stressforschung. Subjektive Interpretationen finden immer vor dem Hintergrund der jeweiligen biografischen Erfahrungen und Interaktionen statt, auch bezeichnet als „Selbstkonzept“: Alltagstheorie, Wertungen und Gefühle, die Menschen über sich selbst haben, über ihren Körper, ihre Eigenschaften, Lebenspläne, Stellung in der Gesellschaft. Die persönliche Stressbewältigung hängt davon ab, welche persönlichen, sozialen und kulturellen Ressourcen dem einzelnen zur Verfügung stehen.

Nach dem Stressmodell von Pearlin (1978) wirken Belastungsprozesse als Stressoren, wenn sie als verunsichernd, bedrohlich oder überfordernd wahrgenommen werden. Sie werden nach drei Ereignissen differenziert: kritische Lebensereignisse (Verlust einer wichtigen Bezugsperson, Umzug, Krankheit, Arbeitsplatzverlust, etc.), chronische Spannungen und permanente Belastungen (Doppelbelastung durch Arbeit und Haushalt, lang andauernde Arbeitsüberlastung, dauerhafte Konflikte, emotionale Spannungen etc. und schwierige Übergänge im Lebenslauf (Jugend/Erwachsene, Schule/Arbeitswelt, etc.) (vgl. Waller 1996,



47).

Destruktive Wirkungen auf Gefühle und Physiologie sind daher nicht nur auf kurzfristige Erregungs- und Erschöpfungszustände zurück zu führen, sondern auch auf anhaltende Erschütterungen und Demontagen von Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl (vgl. Badura, Pfaff 1989, 647). In einer Krankheit äußert sich dann auf eine sehr persönliche Weise ein Missverhältnis zu den Lebensumständen – wie auch die tiefenpsychologische und anthropologische Medizin seit längerem weiß. „Das Nicht-Ertragen-Können, das Unbehagen, der Widerstand und die Kritik an den Verhältnissen bemächtigen sich des eigenen Körpers. Krankheit zeigt sich gleichsam als 'Lebenskritik' (Keil 1994), als Protest gegen die jahrelange, viel zu lange Unterwerfung des Leibes unter belastende, aufreibende und zerstörerische Bedingungen. ... Krankheit ist in einer sehr individuellen Art und Weise auf die Kritik der Verhältnisse gerichtet, die uns umgeben und die durch uns hindurch wirken. Das Leiden macht deutlich, dass die Welt nicht so bleiben kann, wie sie ist, aber auch, dass etwas in uns sich ändern muss. In Anlehnung an Viktor von Weizsäcker bringt 'Krankheit als Lebenskritik ans Licht, was Gesundheit zu ihrem Lebensentwurf braucht' (Keil 1994, 108) ... Krankheit ist ein Signal, das wir nicht mehr überhören können und somit eine Chance, uns mehr auf das zu orientieren, was uns gut tut. ... Krankheit schafft – fernab aller quälenden Schuldsuche – die Möglichkeit, in seine eigene Biografie einzutauchen, sich in die Verästelungen seines Lebens und Strebens zu begeben, verborgene und verdrängte Inhalte sichtbar werden zu lassen“ (Hien 2002, 177f.).

Zu den häufigsten Stressfaktoren gehören: Über- oder Unterforderung; zu wenig Zeit zur Erledigung der Arbeit; Fehlen einer klaren Arbeitsplatzbeschreibung oder einer klaren Befehlskette; keine Anerkennung oder angemessene Vergütung für gute Arbeitsleistung; keine Gelegenheit, Beschwerden zu äußern; viel Verantwortung, aber wenig Vollmachten oder Entscheidungsbefugnisse; unkooperative oder wenig hilfsbereite Vorgesetzte, Kollegen oder Untergebene; keine Kontrolle über oder kein Stolz auf das fertige Ergebnis der eigenen Arbeit; unsicherer Arbeitsplatz, keine fixe Anstellung; Vorurteile aufgrund von Alter, Geschlecht, Rasse, ethnischer Zugehörigkeit oder Religion; Gewalt, Drohungen, Mobbing; unangenehme oder gefährliche äußere Arbeitsbedingungen; keine Gelegenheit, eigene Begabungen oder Fähigkeiten nutzbringend anzuwenden; Möglichkeit, dass ein kleiner Fehler oder eine momentane Unachtsamkeit schwer wiegende oder sogar katastrophale Folgen haben kann.

Im lebensweiseorientierten „Salutogenese-Modell“ des israelischen Medizinsoziologen

Antonovsky (1979 u. 1987) wird – ebenfalls auf stresstheoretischer Grundlage - Gesundheit als Ergebnis eines dynamischen Wechselverhältnisses von belastenden und schützenden Faktoren aufgefaßt. Antonovsky fragt nicht mehr nach krankmachenden Faktoren, sondern danach, unter welchen Bedingungen man Gesundheit vorfindet, bzw. warum jemand trotz widriger Umstände gesund bleibt. Für diese Denkweise prägte er den Begriff "Salutogenese"<sup>48</sup> (vgl. Antonovsky 1991, 122). Damit nimmt er einen Perspektivenwechsel vor, weg von der immer noch pathogenetischen Orientierung der Stressforschung. Für ihn folgt daraus, sich mehr mit den "*coping resources*" (ebenda, 124), mit den "Inseln" und "Ankerpunkten" der Gesundheit im Leben des Kranken zu beschäftigen, die Ausgangspunkte für Heilung und Lebensqualität sind. Die Einordnung einer Person als gesund oder krank kann sich dabei immer nur auf einen bestimmten Zeitpunkt beziehen, da sich Anforderungen und Zustände einer Person beständig ändern. Er kritisiert die in der Medizin gängige Unterscheidung von „Patient - Nicht-Patient“ bzw. „gesund - krank“. Demgegenüber sieht er einen Menschen in einem ständigen Prozess von „mehr oder weniger gesund“ bzw. „mehr oder weniger krank“, wobei „Gesundheit“ und „Krankheit“ Pole eines Kontinuums darstellen.

Zur Einschätzung der Gesundheit einer Person im Gesundheits-Krankheits-Kontinuum unterscheidet Antonovsky zwei Dimensionen:

1. Experteneinschätzung (präventiver oder kurativer Behandlungsbedarf, Prognose) und
2. Selbsteinschätzung (Spüren von mehr oder weniger starken Schmerzen, funktionelle Beeinträchtigungen in wichtigen Lebensbereichen, z.B. Arbeit).

Die Gesundheit bzw. Krankheit bestimmenden Faktoren in Antonovskys Modell sind die „generalisierten Defizite“ (*general resistant deficits*), auch Stressoren oder Risikofaktoren genannt, die „generalisierten Widerstandsquellen“ (*general resistant resources*) und der sog. „Kohärenzsinn“ (*sense of coherence* - *SOC*). Zu den „generalisierten Defiziten“ zählen Organschwächen und gesundheitliche Risiken, die sich unmittelbar auf die Gesundheit auswirken. Als Widerstandsressourcen gelten physiologisch-biochemische Faktoren (wie z.B. ein intaktes Immunsystem und körperliche Fitness), soziale und kulturelle Faktoren (wie z.B. ein günstiges Wohn- und Arbeitsfeld, intakte soziale Beziehungen, materielle Absicherung), und günstige Persönlichkeitseigenschaften (Optimismus und seelisches Wohlbefinden).

Kern seines Konzeptes ist der "Kohärenzsinn" als zentrale Widerstandsressource: „Der

---

<sup>48</sup> salus (lat.) = Gesundheit; Salutogenese = Entstehung und Förderung der Gesundheit

Kohärenzsinn ist eine globale Orientierung, die zum Ausdruck bringt, in welchem Umfang man ein generalisiertes, überdauerndes und dynamisches Gefühl des Vertrauens besitzt, dass die eigene innere und äußere Umwelt vorhersagbar ist und dass sie sich mit großer Wahrscheinlichkeit so weiter entwickeln werden, wie man es vernünftigerweise erwarten kann“ (Antonovsky 1979, 123).

Antonovsky eröffnet so die Möglichkeit, sich als Teil einer versteh- und beeinflussbaren Umwelt zu begreifen, in der die Verfolgung individueller und kollektiver (Gesundheits-) Ziele sinnvoll und machbar erscheint und auf diese Weise einen unspezifischen Schutzfaktor gegen gesundheitlichen Beanspruchungen darstellt. Dieser stärkeren Orientierung an Potentialen entspricht ein nuancenreiches Verständnis von Gesundheit und Präventionspolitik jenseits der alten Dichotomie „gesund – krank“, das Gesundheit eher als geglückte und Krankheit eher als missglückte Balance zwischen Gesundheitsbelastungen und -ressourcen sieht und soziale Kontexte (Lage, Setting, Lebensweise) bei Konzeptionierung und Intervention berücksichtigt. Salutogenetische wie psychosomatische Theorien setzen so auf die individuelle Kompetenz zur Auseinandersetzung mit inneren und äußeren Belastungen, wobei sie aber auch die wechselseitige Beziehung zwischen dem Individuum und seiner Umwelt betonen. Die Herausbildung des Vertrauens darauf, das eigene Leben kontrollieren zu können, ist ein zentraler Schlüssel zur Gesundheit des Menschen. Gesund zu bleiben, ist abhängig von den zur Verfügung stehenden individuellen wie gesellschaftlichen Ressourcen. Um gesund zu bleiben, muss das Gleichgewicht von Belastungs- und Bewältigungspotentialen in jeder Lebenssituation und über die Lebensspanne immer wieder neu hergestellt werden.

Hien (2006) weist allerdings darauf hin, dass nach dem in der empirischen Forschung mittlerweile in vielfältigen Variationen angewandten Salutogenese-Konzept Antonovskys personale Gesundheitsressourcen zumeist als feste Persönlichkeitseigenschaften gesehen werden: Wenn Menschen in der Lage sind, ihre soziale Umwelt – also auch ihre Arbeitsbedingungen – zu verstehen, mit ihnen aktiv umzugehen und der damit von ihnen mit geschaffenen Situation Sinn zuzuschreiben, dann wird ihr „*sense of coherence*“ (SOC) als hoch eingeschätzt. In vielen Studien wird mit der Feststellung, dass ein niedriger SOC regelmäßig mit einer höheren Erkrankungsquote zusammenkommt, dieser Zusammenhang zugleich auch kausal – d.h. in dem Sinne, dass ein niedriger SOC die Krankheit verursacht – interpretiert. Hien bezweifelt diesen Zusammenhang, insofern sich bei genauerem Hinsehen

zeigt, dass hohe Arbeitsbelastungen, mangelnder Handlungsspielraum, mangelnde soziale Unterstützung, mangelnde soziale Verankerung und schließlich auch Arbeitslosigkeit unabhängige Prädiktoren für einen niedrigen SOC darstellen. Das bedeutet: Der SOC ist seinerseits wiederum abhängig von Arbeits- und Lebensbedingungen, in denen sich der einzelne bewegt und deren Gestaltung Grenzen auferlegt sind. Personen, die unter hohen Arbeitsbelastungen stehen, tragen ein über zweifaches Risiko, in einen unteren SOC-Bereich abzufallen, d.h. es geht ihnen deutlich an Lebenssinn verloren. Aus der Biografieforschung ist wohl bekannt, in welchem Ausmaß negative Lebensereignisse und/oder negative Lebensbedingungen sich auf das leibliche Selbst und damit auf die Gesundheit niederschlagen (Müller 2005).

#### **III.1.4.2 Stresstheorien mit Bezug zu kulturellen Deutungsmustern**

Diese Theorien betonen die Bedeutung der Gesundheitswahrnehmung im Zusammenhang mit Deutungsmustern der kulturellen Sinnstiftung. Kultur bezeichnet alle Bewusstseinsinhalte und Mittel der Kommunikation und Interaktion, die dem Menschen die Daseinsbewältigung ermöglichen. Inwiefern können diese Theorien ein noch differenzierteres Bild von Gesundheit und Krankheit zeichnen, als dies der allgemeine Stressansatz vermag? Inwiefern trägt die Analyse kultureller Deutungsmuster dazu bei, nicht nur die äußeren Stressoren, sondern auch die inneren Ressourcen und den Kohärenzsinn besser zu verstehen?

Zwar gibt es nach wie vor zahlreiche Kontroversen darüber, was unter Stress genau zu verstehen ist, aber auch einen weithin akzeptierten Konsens darüber, dass Stress grundsätzlich immer durch ein Missverhältnis oder Ungleichgewicht zwischen dem Menschen und seiner Umwelt ausgelöst wird. Stress „findet immer dann statt, wenn eine Diskrepanz oder ein Konflikt besteht zwischen Lebensbedingungen, Zwängen und Erwartungen auf der einen Seite und individuell gegebenen Bedürfnissen, Fähigkeiten und Ressourcen auf der anderen - und dieses Missverhältnis vom einzelnen als sein Wohlbefinden bedrohend oder beeinträchtigend erfahren wird“ (Badura, Pfaff 1989, 644).

Dass Gesundheitsverschleiß mit Arbeitsbedingungen zu tun hat, wird in der Regel auch von denen erkannt, die darunter leiden. Die IBM-Mitarbeiter können hier prototypisch für das Leiden an der flexiblen Arbeit zitiert werden: „Seit Ende der 80er Jahre stimmte dieses Verhältnis [A.Schmidt: von Arbeitsdruck und Zufriedenheit] nicht mehr und die Angst ging

um. Ab hier begann eine schleichende Ohnmacht gegen die ständige Erhöhung der Workload. Das Gefühl von Wut und Angst schuf eine eigene Art von Arbeitssteigerung. Ich machte Überstunden“. „Einige entwickeln geradezu einen Stolz darauf, dass sie bis an/über die Grenzen der Gesundheitsschädigung arbeiten. So wird im Laufe der Zeit ein Arbeitslevel erreicht, das jeden, der nach vernünftigem Maß zu arbeiten versucht, zum Außenseiter und Versager stempelt“ (in: Schmidt, 2001).

Ein Sachbearbeiter in der Disposition, in einem Großraumbüro des Verwaltungsgebäudes:  
*"Wir machen so ziemlich alles hier! Aber das ist eine Sache, die wir uns selbst zugezogen haben ... Wir fühlen uns für alles verantwortlich! Der A. und ich. Das ist unmöglich! Unmöglich! ..."* Ich glaub, je mehr du unter Druck stehst, je mehr Stress du hast, desto mehr bist du aufgeweckt. Da schaffst du alles. Du musst dich nur unter Druck setzen. Das ist wie im Sport. Da bist du so unter Druck, dass du das irgendwann schaffst. Ob das natürlich gesund ist für den Körper ... Staublunge oder so, das verschwindet eigentlich. Die Zivilisationskrankheiten treten immer mehr auf, wie Herzinfarkt. Weil sich jeder selbst unter Druck setzt. Wer hat denn früher einen Herzkasper gehabt? Du kriegst ja heute auch alles zu essen ... Aber jeder setzt sich hier so selbst unter Druck. Und meint, dass er der Beste ist. Das ist das Problem ... Der eigene psychische Druck ist nicht zu unterschätzen, in den sich die Leute setzen. Die verlangen Dinge von sich, das ist unmöglich! ..." (Satzler/Sturmfels 1989, 181).

Aus dem Arbeiterbereich:

*"Wir hatten mal einen Kollegen, der war so stark, der hat 'ne Schottsche Karre voll mit Schläuchen und Gasflaschen durch den knietiefen Sand gezogen, Das war so einer, der sich so richtig über seine Kraft gefreut hat."* (Glatzel 1993, 107).

Diese beiden Beispiele zeigen, dass es nicht ausreicht, die krank machenden Bedingungen zu analysieren. Offenbar müssen auch die sinnstiftenden Elemente der Arbeitenden untersucht werden. Denn die jeweilige Verausgabung (etwas zu schaffen, körperliche Kraft) bringt sowohl Selbstbestätigung und Freude an der Arbeit als auch Anerkennung der anderen. Das Ziel, die körperlichen Kräfte einzusetzen, um das Arbeitsergebnis zu steigern, wird verbunden mit persönlichem Genuss: "Das macht alles Spaß, weil man sieht, man hat effektiv gearbeitet für 'ne Geschichte. Das macht Freude", so ein Konstrukteur (ebenda, 115). Subjektives Wohlbefinden und körperlicher Verschleiß können also zusammenfallen. Hien spitzt diesen Sachverhalt so zu, dass für die ArbeitnehmerInnen die "ruinöse Zerstörung ihres eigenen Körpers (genauer: ihres Leibes)" der einzige Weg zu sein scheint, "sich die Anerkennung zu holen ..., die ihnen ansonsten verwehrt bleibt" (1996, 49). In einem von ihm durchgeführten Seminar mit Beschäftigten verschiedener Bereiche des öffentlichen Dienstes zum Thema "Umweltschutz am Arbeitsplatz" war der Tenor der Selbstdeutungen: "Nur weil wir auf die Zähne gebissen haben, haben wir es zu etwas gebracht". Zwar betonten alle TeilnehmerInnen "das enorme Ausmaß des alltäglichen

Erduldens, der alltäglichen physischen und psychischen Schmerzen, der dadurch erlittenen Grenzerfahrungen", Dreh- und Angelpunkt war aber ihre Grundthese: "Ohne Arbeit ist der Mensch eine Null!" (ebenda 46).

Hieraus resultiert eine instrumentelle Haltung zum eigenen Körper, die nicht nur um den Preis der gesundheitlichen Zerstörung sich vermeintliches Konsumglück erheischt, sondern augenscheinlich auch in der Art und Weise der entfremdeten Arbeit selbst eine Tugend kreiert, deren Lust spendende Natur zwar schwer einzusehen, gleichwohl aber vorhanden ist" (ebenda, 49). Der „klassische Arbeiter“ definierte sein Selbstwertgefühl über körperliche Leistungsfähigkeit: „Die Wertschätzung körperlicher Aktivität und Kraft, die mit einer instrumentellen Beziehung zum Körper korreliert, bewirkt, dass Krankheit zunächst als Hindernis für physische Aktivität empfunden wird und veranlaßt ein Gefühl für Schwäche“ (Boltanski 1976, 159, zit. in Hien 2002, 171).

Die Sinnstiftung in den Arbeitsbedingungen verweist auf die Arbeitskultur. Willis (1990, 9ff.) untersuchte am Beispiel englischer Arbeiterjugendlicher, wie die einzelnen unter vorgefundenen Bedingungen ihre Identität selbst herstellen, d.h. über die Herstellung der Produkte hinaus sich selbst zum Zweck ihrer Handlung setzen. Seine Analyse zeigt "eine männliche Arbeitskultur, in welcher der Klassengegensatz als Gegensatz des Körperlichen zur Kopfarbeit gelebt wird und zugleich die manuelle Arbeit mit der sozialen Überlegenheit des Männlichen, die geistige Arbeit aber mit der sozialen Unterlegenheit des Weiblichen assoziiert wird. 'Die Brutalität der Arbeitssituation wird partiell uminterpretiert als heroische Konfrontation mit der Aufgabe ... mehr von der Härte her verstanden, derer es bedarf sie zu bestehen, als vom Wesen des Zwangs, der sie überhaupt erst auferlegt'". (zit. in Nemitz 1983, 178)

Als ein Indiz dafür mag gelten, dass Frauen und Männer z.B. ihre psychische Gesundheit unterschiedlich einschätzen: Frauen scheinen gesundheitliche Probleme eher zu akzeptieren als Männer; sie reagieren auf Krankheitssymptome mit geringerer Betroffenheit. Männer gewichten hingegen identische Krankheitssymptome schwerer, und das Stereotyp der Männlichkeit scheint die Demonstration von Leistungsfähigkeit unter allen Umständen zu gebieten" (Schlicht 1994, 98). Deutlich wird daran, dass es sinnstiftende Verknüpfungen bzw. nicht mehr hinterfragte Wertvorstellungen darüber gibt, was als gute Arbeit und kollegiales Verhalten gilt, die wiederum "den Hintergrund für jede individuelle Entscheidung abgeben: das gilt für das Tragen von Schutzmasken und anderen Körperschuttmitteln ebenso wie für Entscheidungen für oder wider das Krankfeiern; es sind solche ungeschrie-

benen aber nichtsdestotrotz ständig tradierten Vorstellungen darüber, was man sich zumuten kann, was man aushalten können muss und seinen Kollegen schuldig ist, die gerade auch das individuelle Verhalten zum eigenen Körper, seinen Schwächen und Stärken bestimme" (Czock, Göbel, Guthke 1993, 136). Die Art von Wissen über die Beschaffenheit der Arbeit und die eigene Stellung im Betrieb, ist ein Wissen, das nicht individuelles Bewusstsein, sondern kollektive kulturelle Praxis umfasst. "Indem sie ein menschliches Überleben ermöglicht (Aushalten und Sinngebung), ist die Arbeitskultur Schutz vor Fremdbestimmung und Unterwerfung zugleich" (Willis in Nemitz, 1983, 182).

So kann es bedrohlich werden, den eigenen Anteil am Krankheitsgeschehen zu thematisieren: Zum einen, weil jeder Arbeitnehmer, will er seine Arbeitskraft erfolgreich verkaufen, grundsätzlich möglichst gesund und somit leistungsfähig und belastbar erscheinen muss, zum anderen weil mit einem körper- bzw. leibsensiblen Umgang mit sich selbst ggf. auch der kulturelle Konsens in der leistungsorientierten und Leiden verdrängenden aber auch schützenden Arbeitskultur aufgekündigt wird. Das Aushalten-Können von arbeitsbedingten Zumutungen wird vielfach regelrecht kultiviert und positiv gewürdigt, so dass "man es dann nicht den einzelnen als 'Selbst-Schuld' oder persönliches Versagen anlasten kann, wenn sie sich vor diesem Hintergrund überfordert haben und darüber krank werden und zusammenbrechen" (Czock u.a, 1993, 137). Ein Eingeständnis des eigenen Anteils könnte als persönliche Schwäche oder individuelle Überforderung sowie als Schmach oder als In-Frage-Stellen des kulturellen Konsens gegenüber den anderen Kollegen interpretiert werden.

"Die objektive Gesundheitsgefahr wird, wenn der Arbeiter sich erst einmal für die Annahme einer bestimmten Arbeit entschieden hat, allerdings in vielen Fällen wieder verdrängt. Eine derartige Verdrängungsbereitschaft stellt das BMJFG 1978 beispielsweise für Schichtarbeiter fest: Zum einen sei ja die Gesundheitsgefährdung ein schleichender, nicht von heute auf morgen sichtbarer Prozess, 'Zum anderen könnte das Anerkennen einer geringen Leistungsfähigkeit vor sich und anderen dazu führen, dass der Druck, die Schichtarbeit aufzugeben, wächst. Für viele würde das eine erhebliche finanzielle und soziale Einbuße bedeuten, die nicht so ohne weiteres akzeptiert wird. Die Tendenz die Gesundheit bei wirtschaftlichen Überlegungen hintanzustellen, ist weit verbreitet und für manchen möglicherweise eine Notwendigkeit" (ebenda, 250 f.).

Ihre Erfahrungen aus vielen Gesprächen mit Beschäftigten fassen Czock u.a. (1990, 116 f.)

folgendermaßen zusammen: "Unsere zentrale These lautet hier: Das Gesundheitsverhalten am Arbeitsplatz ist in erster Linie ein kulturelles Phänomen: Jeder einzelne muss im Arbeitsalltag laufend irgendwelche mehr oder weniger bewussten aber nichtsdestotrotz unmittelbar praktischen Entscheidungen fällen, die seine Gesundheit betreffen. Die dabei stattfindende Gewichtung zwischen verschiedenen, häufig sogar einander ausschließenden Bedürfnissen greift dabei auf bewährte Verhaltensmuster zurück, die im kulturellen Selbstverständnis wurzeln. Und Rücksicht auf Gesundheit rangiert in der Arbeitskultur nun mal so ziemlich an letzter Stelle ... Ein schonender Umgang mit sich und den anderen ist in diesem Kontext als geradezu 'beamtenhaft' verpönt. In diesem Sinne meinen wir, dass gesundheitsabträgliches Verhalten im Arbeitsalltag letztendlich auf kulturellen Entscheidungen basiert, die keineswegs zufällig auf Kosten der Gesundheit getroffen werden ... Ein wichtiges Element des kulturellen Selbstverständnisses ist die verbreitete Vorstellung, der Körper funktioniere im Prinzip wie eine Maschine, die eben ab und zu mal repariert werden muss, jedoch langfristig im Arbeitsprozess verschlissen wird. Diese Vorstellung organisiert das Sich-Abfinden mit der Zumutung des Gesundheitsverschleißes, indem er einfach als 'normal' empfunden wird".

Die traditionelle Sichtweise impliziert mit dem Begriff von Gesundheit die Abwesenheit von objektiv quantifizierbaren Krankheiten. Die Strategie, sich nur auf die äußeren Faktoren und Bedingungen zu konzentrieren, reicht nicht mehr aus. Arbeitskrankheit und -gesundheit wird nicht mehr als ein blinder Effekt bestimmter Arbeitsbedingungen gesehen, sondern als Ergebnis des Handelns der Arbeitenden in und unter diesen Bedingungen. Es gibt ein Spannungsfeld zwischen der Tatsache und der Wahrnehmung vieler ArbeitnehmerInnen, dass Arbeit kaputt macht, und der Tatsache bzw. Wahrnehmung des persönlichen Wachstums an den Herausforderungen der Arbeit, die dem/der einzelnen Wertschätzung, Befriedigung und Gestaltungsmöglichkeiten einräumt.



### III.1.5 Fazit

In der Auseinandersetzung mit den gesundheitswissenschaftlichen Diskursen ist deutlich geworden, dass gesellschaftliche und individuelle Einflussfaktoren in dialektischer Wechselwirkung gleichermaßen für die Ausprägung von Gesundheit und Krankheit verantwortlich sind. Alle Diskursbeiträge, die sich nicht auf eine rein naturwissenschaftlich-somatische oder rein personenbezogene Perspektive beschränken, sondern soziale und kulturelle Faktoren bei der Erklärung von Gesundheit und Krankheit einschließen, sind prinzipiell dazu geeignet, die Bedeutung flexibler Arbeitsverhältnisse für die menschliche Gesundheit zu erfassen. Die Hauptschwierigkeit besteht darin, die individuellen und gesellschaftlich-kulturellen Anteile der Krankheitsverursachung und damit auch der möglichen Intervention differenziert ins Verhältnis zu setzen. Dies leisten zum einen jene integrierten Stresskonzepte, die nicht nur die äußeren Stressfaktoren, sondern auch die inneren Bewältigungsressourcen in einen gesellschaftlichen und kulturellen Kontext stellen. Die je individuelle Ausprägung des Kohärenzsinns kann dann auch als Resultat von je spezifischen Lebens- und Denkmustern, d.h. kulturellen Deutungsmustern erklärt werden. "Gesundheit ist nicht mehr nur von außen bedroht ... , die Lebensweise der Arbeitenden entscheidet mit über Krankwerden und Gesundbleiben" (Nemitz 1983, 174). Präventive und kurative Interventionen müssen dann nicht nur die objektiven Arbeits- und Lebensbedingungen und nicht nur die subjektiven Reaktionsweisen auf sie zum Ausgangspunkt nehmen, sondern auch eine ideologiekritische Stoßrichtung entwickeln. Konkret ginge es darum, den Zusammenhang zwischen der subjektiven Befindlichkeit der Arbeitnehmer, den objektiven Flexibilisierungszumutungen der Arbeitgeber und den sie rechtfertigenden Ideologien bewusst zu machen.

Offen bleibt, mit welcher Begründung Körper- und Bewegungsarbeit, d.h. potentielle psychomotorisch-motologische Interventionen, sich im Diskurs Gesundheit/Krankheit und in der praktischen Form der Gesundheitsförderung positionieren können.

Bevor nun auf Gesundheitsschutz und Gesundheitsförderung des flexiblen Menschen eingegangen wird, soll zunächst die Diskrepanz von Lebensbedingungen und persönlichen Ressourcen am Beispiel der neuen Zivilisationskrankheit „Depression“ verdeutlicht werden.

### III.2 Postmoderne Arbeitswelt und Depression

Es wurde gezeigt, dass postmoderne Arbeitsverhältnisse und das sich in ihnen entfaltende Verhalten der Individuen Wirkungen auf Befindlichkeit und Gesundheitszustand haben. Am Beispiel Depression sollen im Folgenden mögliche Wirkungszusammenhänge skizziert werden. Weber u.a. (2006) haben unlängst – in einem Leitartikel des Deutschen Ärzteblatts – darauf hingewiesen, dass die moderne Arbeitswelt mit ihren Flexibilitätsanforderungen und Unsicherheiten dem menschlichen Grundbedürfnis nach Stabilität in den sozialen Beziehungen immer weniger gerecht wird. Depressionen und Angststörungen seien gleichsam vorprogrammiert, wenn Arbeitsleben, Arbeitsbiografie und Arbeitssituation immer unplanbarer werden, d.h. Loyalität und Vertrauen verloren gingen. Auch Sennett beklagt den Verlust jeder inneren Sicherheit und den daraus resultierenden Zustand des "Dahintreibens" des flexiblen Menschen (1996, 21). Die Verbetrieblichung der Lebenswelt bedrohe "insbesondere jene Charaktereigenschaften, die Menschen aneinander binden und dem einzelnen ein stabiles Selbstgefühl vermitteln" (Sennett 1996, 31). Flexibilität, Mobilität und Konkurrenz werden, so die eindringliche Warnung von Weber u.a. (2006) zu einem rasch wachsenden massiven Gesundheitsrisiko, wenn der Wirtschaftsdynamik nicht begrenzende Maßnahmen entgegengesetzt werden. Begrenzende Maßnahmen im wirtschaftlichen Bereich richten sich nun an die gesellschaftlichen Zusammenhänge. Inwiefern darin ein Massenphänomen wie "Depression" entstehen kann, und welche die einzelnen in ihren Handlungen und Interaktionen daran beteiligt, soll im Hinblick auf potentielle leiborientierte Interventionen im Sinne der Prävention bzw. Gesundheitsförderung im folgenden dargestellt werden.

#### III.2.1 Das Phänomen Depression

Depression<sup>49</sup> ist inzwischen ein zur Volkskrankheit avanciertes Krankheitsbild. Depressive Erkrankungen<sup>50</sup> machen sich konkret als Leidensdruck im individuellen Lebenszuschnitt

---

<sup>49</sup> Vgl. z.B. die Mitteilungen des Bundesverbandes der Betriebskrankenkassen (BKK) vom 23.07.07, nach denen derzeit 8,9% aller Krankentage auf psychische Störungen zurückgehen. 1976 lag dieser Anteil bei 2%. Während die normalen Ausfallzeiten im Schnitt bei 12,2 Kalendertagen liegen, sind psychisch Kranke im Mittel 30,4 Tage lang dienstunfähig (ddp, 24.7.07). Somit sind die psychischen Störungen die viertwichtigste Ursache für Arbeitsunfähigkeit. Ähnliche Zahlenwerte weist auch die Berichte anderer Krankenkassen aus.

<sup>50</sup> Medizinisch gesehen ist Depression ein diagnostisch unspezifischer Begriff für Störungen im affektiven Bereich, der Gefühlsansprechbarkeit des Menschen. Sie umfasst diejenigen Störungen, deren Hauptsymptome in einer Veränderung der Stimmung oder der Affektivität entweder zur Depression - mit oder ohne begleitender Angst - oder zur gehobenen Stimmung bestehen. Das depressive Syndrom wird meist neben den "Leitsymptomen" Niedergeschlagenheit, Leeregefühl, Resignation und Verzweiflung vorrangig von einer Veränderung des allgemeinen Aktivitätsniveaus (Antriebsverarmung), der körperlichen Begleitsymptome wie Erschöpfungsgefühl und Müdigkeit, Schlafstörungen und Inappetenz begleitet beschrieben (ICD 10 F30-F39).

bemerkbar.

Depression ist „ein emotionaler Zustand, der durch starke Traurigkeit und Niedergeschlagenheit, Gefühle der Wertlosigkeit und Schuld, sozialen Rückzug, Verlust von Appetit und sexuellem Verlangen oder dem Verlust von Interesse und Freude an alltäglichen Handlungen gekennzeichnet ist“ (Davison, Neale 1998, S. 252).

Eine allgemeine, alles umfassende Stimmung tiefer Traurigkeit führt dazu, das Leben als grundsätzlich bedrohlich und die eigene Person in ihrer Gesamtheit als wertlos und schuldig zu erleben; dabei müssen diese Gefühle nicht unbedingt in einem direkt erkennbaren Verhältnis zur tatsächlichen Lebenssituation der Betroffenen stehen.

Die zentralen depressiven Erscheinungsformen gehen demnach mit Verlangsamung und Hemmung des Antriebs ebenso einher wie mit einer erheblichen Beeinträchtigung von Vitalfunktionen. Eine Depression, ein depressives Syndrom, gleichgültig ob als depressive Persönlichkeitsstruktur, als spezifische Erkrankung, als Modus der Realitätsverarbeitung oder als Reaktion auf einen Verlust, bringt einen subjektiven Zustand von Verlangsamung, Energieverlust und Hoffnungslosigkeit mit sich.

### **III.2.2 Erklärungsansätze**

Die Depression stellt kein homogenes Krankheitsbild dar. Erklärungshypothesen lassen sich vereinfacht biologischen und psychologischen Modellvorstellungen zuordnen (Hautzinger, 1998; Kühner 2003; Hoffmann & Schauenburg 2000). Eine einzige Ursache gibt es nicht. Schwere Depressionen treten familiär gehäuft auf, wobei von einem komplexen Ineinandewirken genetischer, psychischer und sozialer Faktoren auszugehen ist (z.B. Leuzinger-Bohleber 2005; Corveleyn et al. 2005). Die Zunahme depressiver Erkrankungen in den westlichen Industrieländern läßt sich nicht allein im individuellen Raum psychopathologischer Krankengeschichten verorten, sondern legt eine Abhängigkeit von gesellschaftlichen Faktoren nahe, z.B. dem Zusammenbrechen familiärer Strukturen und deren Folgeerscheinungen, der Enttraditionalisierung und dem Sinnverlust, den unsicheren Berufsperspektiven angesichts steigender Arbeitslosigkeit und der Gefährdung der sozialen Gerechtigkeit (Sennett 1998; Morgenroth 2003; Ehrenberg 2004; Hau et al. 2005; Prantl 2005; Haubl 2005). In der deutschsprachigen medizinischen Literatur fehlen meist Ausführungen über die sozialen und gesellschaftlichen Ursachen der Depression. Insbesondere vermisst man hierzulande sozialepidemiologische Studien<sup>51</sup>, wie sie im

---

<sup>51</sup>Epidemiologische Studien untersuchen Zusammenhänge zwischen einer spezifischen Erkrankung und

skandinavischen Raum, in Nordamerika und anderen Ländern seit Jahren durchgeführt werden.

So haben Åsberg, Nygren und Rylander<sup>52</sup> in ihrer Studie "Arbeitsbezogener Stress und seine Folgen"<sup>53</sup> herausgefunden, dass die an Depressionen leidenden Langzeitkranken sich von Depressiven in psychiatrischen Anstalten unterscheiden, indem sie "völlig 'normale' Menschen" sind und äußerst selten die schweren Persönlichkeitsstörungen (*serious personality disorders*) aufweisen, die in der Regel bei psychiatrischen Patienten zu finden sind (20). Aus der Biografie dieser Menschen ging jedoch hervor, dass sie "sehr hart gearbeitet haben, manchmal sind sie ehrgeizig und haben Schwierigkeiten, sich selbst Grenzen zu setzen. Sie sind nie damit zufrieden, was sie getan haben, und arbeiten deshalb noch härter. Aus der Sicht eines Arbeitgebers sind sie perfekte Angestellte, stets verlässlich, stets bereit, abends länger zu bleiben oder morgens früher zu kommen. (...) Auf die Frage über die wahrscheinliche Ursache ihrer Krankheit meinten 60%-70% der Patienten, das sei ihr Arbeitsplatz. Ferner wurden Familienprobleme genannt, vor allem von Frauen, die dem doppelten Druck von Arbeits- und Familienproblemen stärker ausgesetzt sind als Männer. (...) Die meisten Menschen konnten genau sagen, wann sie einen Zusammenbruch haben würden. Es war häufig das Ergebnis einer langen Krise, die erst nach Monaten oder gar erst nach Jahren an die Oberfläche kam. Die Erschöpfungsspirale begann mit Schmerzen, dann kamen Schlafstörungen, ein Energieverlust, Konzentrationsprobleme usw. Das ist ein Prozess, der sich über mehrere Jahre entwickelt und in einigen Fällen zu Selbstmordgedanken führt. Es dauert lange, bis sich die Syndrome entwickeln, aber es dauert auch lange, sie wieder zu heilen" (ebenda).

Indem es bei postmodernen betrieblichen Managementformen nicht mehr auf äußere sondern auf innere Disziplin ankommt, werden Leistungsansprüche von oben zu fachlichen oder persönlichen Herausforderungen umdefiniert. Eine subjektiv günstige Lage wird ausschließlich als eigenes Verdienst begriffen, während das Nicht-Erreichen von betrieblichen Zielen zum persönlichen Versagen wird. Diese Erfahrungen zu verarbeiten bzw. zu leben, hat offenbar Auswirkungen auf Selbstbild und Selbstwertgefühl. Auf ihre

möglichen Ursachen. Sie kommen im Ergebnis zu Aussagen über das relative Risiko derjenigen Kollektive, welche unter einer bestimmten Belastung stehen, im Vergleich zu einem weniger oder nicht belasteten Kollektiv.

<sup>52</sup>Marie Åsberg und Åke Nygren sind Ärzte am Karolinska Institutet in Stockholm. Das Karolinska Institutet ist die einzige Universität in Schweden, die sich nur mit Medizin befasst. Ihre Forschungen machen fast 50% der staatlich finanzierten medizinischen Forschung im Lande aus. Das Karolinska Institutet ist auch berühmt für Nobelpreisträger in Physiologie und Medizin. Marie Åsberg, PhD, ist Spezialistin in Psychiatrie und Mitglied zahlreicher Ausschüsse bei Karolinska. Åke Nygren, PhD, ist Vollzeitforscher und hat eine Professur in Vorbeugung. Gunnar Rylander, MD, PhD, ist Spezialist in Psychiatrie.

<sup>53</sup> Zitiert nach: [http://www.imfmetal.org/imf/main/main\\_publications.cfm](http://www.imfmetal.org/imf/main/main_publications.cfm).

Befindlichkeit befragte Beschäftigte von IBM berichten von folgenden Symptomen:

- Selbstzweifel und Selbstentwertung
- sich gedanklich im Kreis drehen
- die Angst wahnsinnig zu werden oder zu sein
- mit mir stimmt irgendetwas nicht
- zunehmende Verzweiflung und Ratlosigkeit
- Rückzug, Isolation, Verstummen, Sprachlosigkeit (vgl. Schmidt, A. 2005, 18).

Das Gefühl, potentiell nicht zu genügen, ist möglicherweise auch ein Ausgangspunkt des gehäuftten Auftretens von Depressionen als den „Arbeitsunfällen der Postmoderne“ bzw. von Depression als einer „Krankheit der Verantwortlichkeit, in der ein Gefühl der Minderwertigkeit vorherrscht“ (Ehrenberg 2004, 4).

### **III.2.2.1 „Das erschöpfte Selbst“**

Eine sozialpsychologische Erklärung für die sich epidemisch ausbreitenden depressiven Störungen ebenso wie den Konsum von Antidepressiva<sup>54</sup> liefert der französische Soziologe Alain Ehrenberg in seinem Buch „Das erschöpfte Selbst“ (2004). Sie sind der folgerichtige Reflex auf eine Gesellschaft, die in immer größerem Maße von den Individuen fordert, ein kreatives, produktives und flexibles Selbst zu sein. Das individuelle Selbst hat im selben Maß eine Aufwertung erfahren, wie bestimmte überkommene Normen an Orientierungskraft verlieren. Die antiautoritären Revolten der 1968er finden darin einen späten und überaus ambivalenten Erfolg. Zunächst ging es um die Freiheit, sich eigene Regeln zu schaffen, statt sie sich aufzwingen zu lassen, das Persönliche zur Entfaltung zu bringen und die Fähigkeiten zum Wohlbefinden zu stärken, um sein Leben authentisch leben zu können (vgl. ebenda, 135ff.). Nach dem damit verbundenen „Recht auf Differenz“ kann jeder normal sein, egal wie groß der Unterschied ist. Das erstrebte reine Individuum, d.h. eine Person, die ihr eigener Herr ist, ist aber gezwungenermaßen unsicher, denn sie hat kein Außen mehr, das ihr sagt, wie es sich verhalten soll, es liegt bei ihr selbst, sich ihre Regeln zu schaffen (vgl. ebenda 140f.).

Der Kampf um persönliche Emanzipation kann nun leicht integriert werden in das

---

<sup>54</sup>Etwa acht Millionen Menschen in Deutschland leiden an leichten, mittelschweren oder schweren depressiven Störungen. Bei den über 65-Jährigen sind es sogar über 20 Prozent. Die Depression ist - nach Herz-Kreislauf-Erkrankungen - die zweithäufigste Krankheit in westlichen Industriestaaten. Der Konsum von Antidepressiva steigt - auch außerhalb der Gruppe der als eindeutig depressiv Diagnostizierten.

neoliberale Menschenbild des allein sich selbst verantwortlichen „protheischen“ Selbst und mit einer im globalisierten Kapitalismus erforderlichen Fähigkeit zur Selbstvermarktung. Die Flexibilisierung des Erwerbslebens begünstigt die Identifikation mit der Leitnorm des flexiblen, immer verfügbaren und einsatzbereiten Menschen. „Die Neigung der Subjekte, ihr Leben in zunehmendem Maße als eine experimentelle Erkundung der eigenen Identität zu verstehen, dient nicht nur als Legitimationsgrundlage für ... eine Deregulierung des Produktions- und Dienstleistungssektors“, sondern wird genutzt, um von den Arbeitenden unter Berufung auf ihre scheinbar gewandelten Bedürfnisse ein Mehr an Engagement, Flexibilität und Eigeninitiative zu verlangen (Honneth 2002, 154). Die Ansprüche auf experimentelle Selbstfindung wenden sich nun als äußere Ansprüche an sie zurück, so dass sie „verdeckt oder offen zu einem steten Offenhalten ihrer biografischen Entscheidungen und Ziele angehalten werden. Wird die Neigung verinnerlicht, führt sie zur Ausbildung von Strukturen und Anforderungen im Selbstkonzept, die das Subjekt vor Aufgaben stellen, denen es sich nicht gewachsen fühlt. Der Versuch, diesen Selbst-Anforderungen zu genügen, führt zu einer permanenten Überforderung und einem räuberischen Umgang mit den eigenen Kräften. Da aber die Leitnormen tendenziell maßlos sind, kann trotz größter subjektiver Anstrengungen dieser Selbstanspruch nicht erfüllt werden. Das führt auf der Ebene subjektiver Reaktionen zwangsläufig zu massiven Enttäuschungen, weil das Ich gegenüber den Ansprüchen dieses Ich-Ideals versagt. Scham und Selbstzweifel, Selbstanklagen und Gefühle von Wertlosigkeit sind die Folge. Es bleibt in einem letztlich aussichtslosen Kampf stecken, ganz "es selbst" zu werden. „Der permanente Zwang, aus dem eigenen Innenleben den Stoff einer authentischen Selbstverwirklichung zu beziehen, verlangt den Subjekten eine dauerhafte Form der Introspektion ab, die an irgendeinem Punkt gleichsam ins Leere führen muss“ (ebenda 156). Aus dem Prozess einer Verkehrung von Idealen in Zwänge, von Ansprüchen in Forderungen, sind Formen eines sozialen Unbehagens und Leidens erwachsen, die sich im Bereich der psychischen Erkrankung abspielen, für die zunächst nur klinische Indikatoren bereitstehen: Phänomene der Depression.

#### **II.2.2.2 Von der Neurose zur Depression**

Um angemessen intervenieren bzw. präventive Maßnahmen ergreifen zu können, ist es notwendig, auf die psychischen Entstehungsbedingungen von Depressionen einzugehen. Während die Normen von gestern nahe legten, diszipliniert zu sein und seine Rolle zu befolgen, fordern die heutigen Normen, dass man selbst zu werden habe. Das heutige Bild

vom Subjekt unterscheidet sich drastisch gegenüber Freuds Bild zu Beginn des 20. Jahrhunderts (vgl. Ehrenberg 2003, 142ff.). Aus psychoanalytischer Sicht formen Gehorsam, Disziplin, Gesetz auf der einen und Verweigerung, Lust, Angst auf der anderen Seite die Matrix des individuellen Selbst. Das eigene Funktionieren in der Disziplinargesellschaft war im Subjekt Resultat des dauernden Konflikts zwischen Trieben, Wünschen, Begehren einerseits und den im Über-Ich zusammengefassten Regeln, Normen und Gesetzen andererseits. Geht die Spaltung zwischen dem disziplinierten und dem triebhaften Selbst zu tief, wird das Individuum "krank", genauer gesagt: neurotisch. Das Verbindungsglied zwischen gesellschaftlichen Institutionen und Selbst bildet im Rahmen des konfliktiven Neurosemodells die Schuld: Die Individuen wissen intuitiv, dass sie (sofern sie nicht gehorchen) "schuldig" sind und unterwerfen sich deshalb "freiwillig" Disziplin und Autorität. Im Gegenzug "sorgt" sich ein höher stehendes Außen - in Form der gesellschaftlichen Institutionen, der Gesetze und Normen oder der patriarchalen Familie, um dem einzelnen mit seinen Konflikten Orientierungen zu geben.

Heute jedoch, so Ehrenberg, geht es nicht so sehr darum zu gehorchen, sondern vor allem darum, uns mehr und mehr zu Menschen ohne Führer zu machen, sich selbst entscheiden und eigene Orientierungen konstruieren zu müssen und sich Herausforderungen zu stellen (vgl. 2003, 8). Selbstmanagement ist mithin Leitformel für das Subjekt der postdisziplinären "Kontrollgesellschaft". Das heutige Individuum fragt eher danach, was möglich ist, als danach, was erlaubt ist. Die Grenze zwischen dem Erlaubten und Verbotenen schwindet zugunsten der Spannung zwischen dem Möglichen und Unmöglichen. Es geht weniger um Gehorsam als um Entscheidungen. Damit stellt sich das Problem der regulierenden Grenzen der inneren Ordnung anders. Nicht mehr: Habe ich das Recht, dies oder das zu tun, sondern: Bin ich in der Lage, es zu tun? Während die neurotische Persönlichkeit eine Krankheit des Gesetzes hat,

ist die Depression die Krankheit einer Gesellschaft, die nicht mehr auf Schuld und Disziplin gründet, sondern auf Verantwortung und Initiative. Für das emanzipierte Subjekt kommt es nunmehr darauf an, nicht Verbote mit geringstem psychischem Aufwand lebbar zu machen, sondern ggf. Leiden auszumerzen. Depression ist so eher „eine Krankheit der Unzulänglichkeit als ein schuldhaftes Fehlverhalten, sie gehört mehr ins Reich der Dysfunktion als in das des Gesetzes: Der Depressive ist ein Mensch mit einem Defekt“ (ebenda, 9). Das Nachlassen der Selbstachtung und Minderwertigkeitsgefühle erinnern stark an ein Defizit. Wenn jemand an einer Depression erkrankt, wird er damit den gesellschaftlichen Normen der „Selbstwerdung“ nicht mehr gerecht. Dies wiederum verstärkt die Gefühle von

Nutzlosigkeit und gefährdet die fragile Balance des Selbstwertgefühls noch zusätzlich. Die Erkrankung wird als tatsächlicher Beweis für die Minderwertigkeit genommen. Angesichts der gesellschaftlichen Leistungserwartung erscheint ein depressiver Mensch als Versager. Mit dem Selbstbild und dem Gefühl, unzureichend zu sein, verharrt die depressive Persönlichkeit in einem Zustand der permanenten Adoleszenz, es gelingt ihr nicht erwachsen zu werden und die Frustrationen, die jedes Leben mit sich bringt, zu akzeptieren. Daraus resultiert das ständige Gefühl der Labilität. „Das Gefühl, nicht so stark zu sein wie man gern sein möchte, drückt sich häufig in Begriffen der 'Erschöpfung' aus, ebenso das Gefühl, weniger stimuliert zu sein als man möchte (Haynal, 1977, 102, zit. in Ehrenberg 2003, 150). Darum manifestiert sich diese Art Depression nicht durch Schuld, sondern durch Scham. Sie „ist der Affekt par excellence des narzisstisch Bereichs. ... Mehr noch, sie impliziert, dass sich das Subjekt als verantwortlich erlebt ..., als ob es wie ein Gott glaubte, sich selbst geschaffen zu haben. Der Depressive empfindet sehr oft Scham, weil er in seiner grundlegenden Megalomanie seine Unzulänglichkeiten nicht zugeben kann; er gibt nicht zu, sich durch die Realität eingeschränkt zu fühlen, insbesondere durch die Beschränkungen, die ihm seine individuelle Geschichte und seine Abstammung auferlegt haben (Dujarier 1979, 36f. Zit. in ebenda).

Analog dazu hat sich auch die vorherrschende Konzeption von Gesellschaft verschoben. Ehrenberg diagnostiziert eine umfassende "Dekonfliktualisierung" im Psychischen wie im Sozialen. Gleichzeitig kommt es zu einer Verschiebung der vorherrschenden Konzeption von Gesellschaft: An die Stelle der Kämpfe zwischen sozialen Gruppen tritt die individuelle Konkurrenz und die Ausbalancierung von Konflikten: Die Mediation zwischen Individuen, die allesamt sorgfältig ihr Selbst bewirtschaften, repräsentiert demnach das Idealbild einer Gesellschaft, in der der Antagonismus und damit auch der Konflikt zwischen verschiedenen sozialen Gruppen als Orientierungsrahmen ausgedient hat.

Damit einher geht auch ein Paradigmenwechsel innerhalb der Psychiatrie. Orientierte sich die Psychiatrie vordem an der Gegenüberstellung Krankheit/Heilung, so geht es nunmehr um intelligentes Management von Stimmungen, Gefühlen und Störungen - und nicht um ihre Abschaffung. Dieses Management erfolgt zum Beispiel mit Hilfe der so genannten neuen Antidepressiva, die anders als ihre Vorgänger weniger Nebenwirkungen haben, passgenauer verschrieben werden, flexibler und damit bedarfsorientierter eingesetzt werden, kurz: in vielen Fällen effektiv helfen können. Die leichte Handhabbarkeit führt jedoch dazu, dass der Konsum steigt und etwa in England bei einer Einwohnerzahl von 59 Millionen jährlich 24



Millionen Rezepte für Antidepressiva ausgestellt werden (Becker 2005, 27) - das bekannteste Antidepressivum Prozac ist dort inzwischen zur Alltagsdroge geworden, die längst über den Kreis der im klinischen Sinne Depressiven hinaus zur Verbesserung von Stimmung und Leistungsfähigkeit eingeworfen wird. Die Grenze zwischen "krankem" und "gesundem" Individuum verschwimmt. Ehrenberg pointiert: "Das Individuum von heute ist weder krank noch geheilt. Es ist für unterschiedliche Wartungsprogramme angemeldet" (zit. in Graefe 2005).

Offen bleibt bei Ehrenberg, ob Depression z.B. aufgrund faktischer Perspektivlosigkeit, sozialer Ausgrenzung und Nicht-Repräsentiertsein im öffentlichen Diskurs auf der einen und die Depression aufgrund mangelnder Selbsterfüllung und Selbsterfahrung auf der anderen Seite tatsächlich ein- und dasselbe Phänomen ist. Zu fragen wäre auch, ob die Depression möglicherweise gar eine gesunde Verweigerungsreaktion auf die Maxime vom lebenslangen Selbstmanagement und auf krank machende Verhältnisse ist.

Inwieweit der von Ehrenberg am Beispiel psychiatrischer Subjektkonzeptionen gezeigte Paradigmenwechsel tatsächlich Effekt von veränderten sozialen Bedingungen, neuen Produktionsweisen oder konkreten ökonomischen Lagen ist, bleibt in seiner Perspektive ausgeblendet. Zwar fällt das Stichwort "Wirtschaftskriegsneurose" und es wird erwähnt, dass in den letzten Jahren Therapien vermehrt aufgrund von Entlassung, Arbeitslosigkeit oder sozialer Unsicherheit angefangen werden. Dies lediglich zu erwähnen, greift jedoch zu kurz.

Eine Studie von Christine Morgenroth im deutschsprachigen Raum erhärtet nun die Vermutungen über den Zusammenhang von subjektivem Zeiterleben, gesellschaftlichen Entgrenzungsphänomenen und depressiven Reaktionen. Sie zeigt auf, wie ein derartiges Phänomen eine gesellschaftsbezogene, vielleicht sogar gesellschaftskonforme Struktur im Subjekt in Form depressiver Erkrankungen ausdrückt (Morgenroth 2007, 3).

### **III.2.2.3 Depression als subjektive Verarbeitungsformen gesellschaftlicher Veränderungsprozesse**

Christine Morgenroth betrachtet in ihrer Studie "Subjektives Zeiterleben, gesellschaftliche Entgrenzungsphänomene, und depressive Reaktionen" (2007) die depressive Erkrankung unter sozialpsychologischem Aspekt. Ausgehend von den beiden zentralen depressionsauslösenden Phänomenen des Verlustes und der Erschöpfung fragt sie nach gesellschaftlichen

Ursachen, die Reaktionen der Individuen in gesellschaftlichen Größenordnungen erwarten lassen.

Um diesen Zusammenhang theoretisch zu fassen, beruft sich Morgenroth auf die Veränderung des gesellschaftlichen Umgangs mit Zeit (siehe auch Kapitel II.2.1). Sie beobachtet, dass die verlangsamte oder gar stillstehende Zeit als zentrales Erlebnismoment depressiver Menschen in der Konzentration auf das Augenblickserleben einem gesellschaftlichen Pendant entspricht: vormals bestehende Zusammenhänge innerhalb eines raum-zeitlichen Kontinuums werden aufgesprengt in separierte einzelne Bestandteile, werden fragmentiert.

In den drei von ihr ausgewählten Fallanalysen verallgemeinert sie die dort beschriebenen schmerzlich erlebten Verluste als soziale Phänomene der Erosion ehemals verlässlicher sozial-kultureller Orientierungen und emotional haltender Systeme, die keinen Halt mehr geben und individuell als Entwurzelung und Entgrenzung wahrgenommen werden. Die Verluste gesicherter Zugehörigkeit und haltender Begrenzung sind schleichend. Sie werden weder unmittelbar wirksam noch als solche sofort erlebt, haben jedoch - teilweise sogar gewendet in Zufriedenheit und Bestätigung - mittel- und langfristige Wirkungen. Teilweise wird die Unerträglichkeit der Wahrnehmung von Haltlosigkeit und emotionaler Verwahrlosung durch Beziehungssurrogate, besonders durch Süchte, abgewehrt; reale Einsamkeit wird durch Mehrarbeit und verstärkte Aktivität überdeckt. "De-Realisierung und Depersonalisationsphänomene sind die Vorläufer der Erschöpfungsreaktion, die mit völligem Ausbrennen der Kräfte und der narzisstischen Entleerung einhergeht. Der Entzug von Wirklichkeitserleben, der die Verluste erträglich machen konnte, führt zu einer vermehrten Verausgabung oder kompensatorischer Suche nach Bestätigung durch Arbeitsaktivität" (ebenda, 34).

In dem Maße, wie das Bedürfnis nach äußerer gesellschaftlicher Anerkennung und Bestätigung suchtartig mehr des Gleichen verlangt, schwindet die Wahrnehmung des eigenen Körpers und die realistische Einschätzung der eigenen Kräfte und Grenzen. Die Verleugnung der sinnlichen Bedürftigkeit führt zu immer weiterer Entleerung und äußert sich schließlich im depressiven Ausdruck des Leibes als Verbindung von Verlust und Erschöpfungsreaktion. Der Depressive verlässt seinen Leib gleichsam nach innen und unten und verfällt dem abgründigen Sog, der sich hier für ihn auftut.

In dieser Perspektive ist die depressive Reaktion eine leiblich folgerichtige Antwort auf eine bestimmte Qualität von Erfahrung, die mit Verlusten und Ausbrennen einhergeht und denen gegenüber die Widerstands- und Verarbeitungskräfte nicht ausreichen, um sie zu integrieren. Damit einher geht auch der Verlust eindeutiger Ich-Grenzen (ebenda, 34).

Auf einer anderen Ebene kann die depressive Reaktion als eine angemessene, gesunde Antwort des Leibes auf Selbst- und Fremdüberforderung betrachtet werden. "Die Verlangsamung und Energielosigkeit in der Depression verschaffen einen legitimen Ausstieg, stellen Zeit-Räume zur Verfügung, die, wenn sie besetzt werden, eine Form der Regeneration bedeuten können. Die depressive Reaktion kann dann auch als eine Form der Verweigerung begriffen werden, die im Subjekt eine Antwort auf destruktive Lebensverhältnisse sucht" (ebenda, 35). Die Verweigerung "im Subjekt" kann als leibliche Antwort verstanden werden. "Das Leiden an der eigenen Existenz in ihrem qualvollen und antriebslosen Stillstand ist eine extreme, aber doch deutliche und zwingende Reaktion: auf die beständige Selbstüberforderung wird mit einer völligen Stillstellung, einem weit reichenden Entzug von Kooperation und Akzeptanz geantwortet" (ebenda). Ob diese Reaktion zwingend ist, sei dahingestellt. Konstatiert werden kann jedoch, dass der Leib implizit mit einer depressiven Symptomatik antwortet, indem er auf diese Weise widersprüchlichen und überfordernden Lebensverhältnisse, die wiederum durch subjektive Übernahme der Leitnormen zu einer verhängnisvollen Selbstansprüchlichkeit geführt haben, Widerstand durch De-Aktivierung entgegensetzt und lässt so Depression auch als einen Weg aus der dissoziativen Abspaltung, der Derealisierung verstehen. "Die als Krankheit maskierte Gegenwehr ermöglicht im Erleiden des Zustandes einen Ausdruck der Belastung, des Unwillens und der Qual. Die Qualen des narzisstisch entleerten Ichs sind auch eine Maske, hinter der die kritische Rückkehr der Selbstwahrnehmung als eine zersprungene sich verbirgt und auch die Kritik an der Forderung nach Omnipräsenz (Verletzung der Rückzugsbedürfnisse), der Überbeanspruchung und der Effizienz im Modus der Simultaneität" (ebenda).

### III.2.3 Fazit

Die soziologisch ausgerichteten Studien haben gezeigt, dass depressive Reaktionen nicht nur ein individueller Ausdruck von Konflikten sind; sie sind durchaus als individuelle Verweigerung von Anpassung und Kooperation und als Rückzug aus der sozialen Genuss- und Erlebnisorientierung zu verstehen. Sie sind eine Antwort auf die gesellschaftliche Situation, die das Leiden an den Verhältnissen wieder ins erlebende Zentrum stellt und die das Leib-Subjekt im Ringen um seine "innere" Autonomie -und in seiner ganzen daraus erwachsenden Verletzlichkeit zeigt. "Die sichere Wiederkehr des durch De-Realisierung Ausgeschlossenen ist die bittere Seite dieses Prozesses; die Hoffnung auf einen Zugewinn an Autonomie ein Versprechen, das im Subjekt durch die melancholische Sehnsucht auf Einlösung pocht" (Morgenroth 2007, 35).

Wenn das Leiden ins erlebende Zentrum gestellt wird, und wenn individuelle Verweigerung sich in Form von "Erschöpftheit", "Energierlosigkeit", "innerer Unruhe" etc. als Rückzug aus der sozialen Genuss- und Erlebnisorientierung ausdrückt, scheinen leiborientierte Maßnahmen wie "Konzentration auf die Erdung oder die taktile Orientierung an einem Gegenstand ... für den depressiven Patienten wichtig (zu sein), um Auflösungstendenzen entgegen zu wirken und Stabilität zu bewirken" (Beckmann-Neuhaus 2007, 214). An Themen für depressiv Erkrankte scheinen besonders relevant "Abgrenzung und Anpassung", "Autonomie und Abhängigkeit sowie "Nähe und Distanz", deren Polarität in leiblicher Symbolisierung erlebbar gemacht werden kann (ebenda 217). Dies sind jedoch mototherapeutische Interventionen - offen bleibt, wie Alltagsverhältnisse und -verhalten so gestaltet werden können, dass Depressionen gar nicht erst entstehen.

### **III.3 Gesundheitsschutz und Gesundheitsförderung des flexiblen Menschen**

Um Krankheiten und Gesundheitsbeeinträchtigungen oder deren Verschlimmerung zu verhüten bzw. Gesundheitsressourcen und -potentiale der Menschen zu stärken, haben in den letzten Jahren Prävention und Gesundheitsförderung als Gesamtheit der Strategien und Maßnahmen der primären und sekundären Gesundheitspolitik an Bedeutung gewonnen: zum einen, weil chronische Krankheiten dominieren, die medizinisch nicht heilbar, aber grundsätzlich vielfach vermeidbar sind, aber auch, weil erhebliche sozial ungleich verteilte Gesundheitsbelastungen fortbestehen. (vgl. Hurrelmann 2000, Waller 1996). Zu dieser problematischen Situation hat ein Scheitern der traditionellen kurativen Medizin (siehe Kap. II.4.1) ebenso beigetragen wie das in der Arbeitswelt dominierende, die Zusammenhänge verkürzende Belastungs-Beanspruchungs-Konzept. Dieses Konzept sei im folgenden kurz skizziert, da es nach wie vor im sog. Workability-Index fortwirkt. Des weiteren werden in diesem Kapitel der klassische betriebliche Arbeitsschutz, die betriebliche Gesundheitsförderung, ihre Grenzen und Herausforderungen angesichts der neuen betrieblichen Strukturen sowie die Möglichkeit einer theoriegeleiteten, evidenzbasierten und qualitätsgesicherten Primärprävention in Settings beschrieben.

#### **III.3.1 Arbeitsbelastung/ Arbeitsbeanspruchung**

"Beanspruchung" und "Belastung" sind Begriffe, die in der Alltagssprache normalerweise synonym verwendet werden. Das Belastungs-Beanspruchungs-Modell ist jedoch eines der grundlegenden Modelle des traditionellen Systems von Arbeitssicherheit/Arbeitsschutz. Es hat seine Wurzeln in den naturwissenschaftlichen Disziplinen der Arbeitswissenschaften (Arbeitsmedizin, Ingenieurwissenschaften, Ergonomie). Mit der Differenzierung zwischen "Belastung" und "Beanspruchung" wird versucht, den komplexen Prozess vom Auftreten einer äußeren Belastung durch Arbeitsaufgaben und Arbeitsumgebung bis zur Entstehung von subjektiven, inneren Beanspruchungen der arbeitenden Menschen zu erfassen.

"Belastung" umfasst dabei die Gesamtheit der Faktoren, die bei der Arbeit auf einen Menschen einwirken,

"Beanspruchung" die Auswirkungen dieser Belastungen beim Menschen unter

Berücksichtigung der subjekt-bezogenen Dimensionen wie Qualifikation, persönliche Disposition, Befindlichkeit, Einstellung etc. (vgl. Rohmert/Rutenfranz, 1983, 14).

Belastungen können physischer und psychischer Art sein, wie z.B. Lärm, Hitze, gefährliche

Arbeitsstoffe, repetitive Arbeitstätigkeiten, Termindruck, Zeitnot, Konflikte, Misserfolge etc. Beanspruchung wird phänomenorientiert ermittelt, indem versucht wird, "geeignete physiologische und biochemische Messgrößen am Menschen selbst zu registrieren" (Rohmert/Rutenfranz, 1983, 11). Die Ermittlung erfolgt "engpassorientiert", d.h. Engpässe entstehen dann, wenn Leistungsgrenzen überschritten werden, die auf Dauer den gesamten Organismus bzw. einzelne Organe oder Funktionssysteme in Anspruch nehmen. Um die Beanspruchung von Muskelarbeit zu ermitteln, werden z.B. Messgrößen von Skelett, Sehnen, Bändern, Atmung und Sinnesorganen herangezogen. Für nicht-körperliche Arbeit werden Engpässe vorwiegend im Zentralnervensystem erwartet, Messgrößen sind Gehirn, Haut und Nervensystem. Mit naturwissenschaftlichen Methoden wird versucht, Schädigungsschwellen zu bestimmen. Diese Schädigungsschwellen werden an einer Hierarchie von Wertungsebenen gemessen, wobei die untere erfüllt sein muss, um die nächste zu durchschreiten: Ausführbarkeit, Erträglichkeit, Zumutbarkeit, Zufriedenheit. "Arbeitsphysiologisch beurteilen anhand von Messungen lassen sich nur die kurzfristige Ausführbarkeit und die Grenze der langfristigen Erträglichkeit, während die Zumutbarkeitsgrenze und erst recht die Zufriedenheit als Bewertungsebene starken Schwankungen unterworfen sind, die mit den jeweiligen wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Bedingungen ..zusammenhängen" (ebenda, 17). Aufgabe der Arbeitswissenschaften ist es somit, Grenzen der Ausführbarkeit und Erträglichkeit<sup>55</sup> zu bestimmen. Arbeitsphysiologie und Arbeitsmedizin kommen nach Rohmert damit eine "Schlüsselposition bei der Bewertung menschlicher Arbeit zu" (ebenda, 19). Kritisiert am Belastungs-/Beanspruchungsmodell wird vor allem, dass mit seiner Hilfe nur ein kleiner Ausschnitt der Wirklichkeit zum Gegenstand gemacht wird:

1. Wesentliche belastungsrelevante Bedingungen werden ausgeblendet (Wechselwirkungen der Belastungsfaktoren, langfristige und multifaktorielle Gesundheitsbeeinträchtigung, unspezifische und psycho-soziale Beeinträchtigungen)
2. Als Grenzwert gilt - analog der klinischen Medizin - "Schädigungslosigkeit". Durch die Anerkennung nur der objektivierbaren Symptome wird die Krankheitsschwelle sehr hoch angesetzt. Nicht ins Blickfeld rücken damit unspezifische chronische Folgen, sowie die

---

<sup>55</sup> Grenzen der "Ausführbarkeit" : maximale Reichweite der Gliedmaßen, maximale Muskelkräfte, Mindestreaktionszeit und die sensorische Leistungsfähigkeit der Sinnesorgane.  
 Erträglichkeitsgrenzen: "physiologische Ausdauerengrenzen" (z.B. Dauerleistungsgrenze), die "bei täglicher Wiederholung einer normalen 8-Stunden-Schicht ein Arbeitsleben lang ohne Gesundheitsbeeinträchtigung möglich" sind  
 Zumutbarkeitsgrenzen: die Akzeptanz der Arbeitsbedingungen durch die Beschäftigten  
 Zufriedenheitsgrenzen: das Zusammenspiel individueller Zufriedenheit mit gesellschaftlichen Wertvorstellungen (Rohmert/Rutenfranz, 1983, 18)

möglichen Folgen eingeschränkter Realisierung von individuellen und sozialen Bedürfnissen.

3. Alle nicht objektiven Bedingungen werden ausgegrenzt, d.h. emotionale und soziale Beeinträchtigungen. Subjektive Verarbeitungsformen sind in diesem Sinne Störgrößen.
4. Durch die vollständige Konzentration auf muskuläre und kognitive Arbeitshandlungen werden betriebliche und gesellschaftliche Bedingungen von Arbeit ignoriert.
5. Die medizinisch-biologischen Modellvorstellungen negieren den sozialen Konstitutionsprozeß von Belastungen. Diese werden gewissermaßen "als unveränderlich aus der Entwicklungslogik technischer Zusammenhänge angesehen" (Marstedt/Mergner, 1986, 25).

Ihr zentraler Einwand liegt darin, "dass das (einfache) Belastungs-Beanspruchungs-Konzept als neobehaviouristisches den arbeitenden Menschen - überspitzt formuliert - eher als 'dressierten Affen' denn als ganzheitlich betroffenes, kognitiv und emotional verarbeitendes, lebensgeschichtlich vorgeprägtes, zu eigenständigem Handeln fähiges und motiviertes soziales Subjekt fassen" ( ebenda).

### **III.3.2 Der Workability-Index (WAI)**

Im Workability-Konzept<sup>56</sup> wird davon ausgegangen, dass die Möglichkeiten zu arbeiten im wesentlichen auf individuellen Fähigkeiten (Work-Ability) beruhen, Krankheiten und Einschränkungen (Dis-Ability) diese Fähigkeit zentral beeinflussen und medizinische Experten diese Fähigkeiten objektiv bewerten können. Problematisch dabei sind die Annahmen des zugrunde liegenden Belastungs-Beanspruchungs-Modells, in dem die individuellen Faktoren im Umgang mit Belastungen und Beanspruchungen eine zentrale Rolle spielen. Arbeitswelt taucht nur vereinzelt und schemenhaft als "Aufgabe", "Arbeitsmethode" oder "Teilzeit" auf. Besondere Fähigkeiten, kooperative Zusammenhänge im Betrieb, Arbeitsorganisation etc. werden nicht berücksichtigt. Es dominieren individuenbezogene, fitness-orientierte Vorstellungen vom Erhalt der Workability. Der Ressourcenaspekt findet keinerlei Berücksichtigung und gemäß dem Belastungs-Beanspruchungs-Modell werden in strikter Krankheitsorientierung mögliche Quellen von Defiziten abgefragt. So reduziert der WAI komplexe arbeitsbezogene Probleme auf

---

<sup>56</sup> In den 80er Jahren in Finnland als Bewertungsverfahren zur Frühverrentung entwickelt, um jüngeren Arbeitslosen eine Chance auf dem Arbeitsmarkt zu geben, diente das WAI in den 90er Jahren angesichts der hohen Anzahl Berentungswilliger als Erhebungsinstrument zum Erhalt der individuellen work-ability (Georg/Peter 2007, 57)

individuelle Unfähigkeit, transformiert soziale Erfahrung in individuelle Eigenschaften und behandelt Probleme vor allem unter dem Aspekt der individuellen funktionalen Leistungsfähigkeit. Er gibt dem einzelnen zu verstehen: je schlechter du dich fühlst, desto schlechter bist du auch, die Problemlösung liegt in dir.

Diese individualisierende Orientierung auf die Arbeitsfähigkeit ist entsprechend dem Stand der arbeitswissenschaftlichen Erkenntnis im deutschen Sprachraum allerdings überholt. Der WAI kann insofern "als weit hinter den Regeln der Kunst von Wissenschaft und Praxis zurückliegend beurteilt werden" (Georg, Peter 2007, 55f.).

- Während der WAI nur auf Verhaltensprävention zielt, bedürfen Fragen der Prävention, der Gestaltungserfordernisse und der Arbeitsbewältigungsressourcen der Analyse der subjektiven und gleichermaßen der objektiven Bedingungen der Arbeitstätigkeit. Diese sind getrennt durchzuführen und im interdisziplinären Zusammenhang wie auch dem von Theorie und Praxis zu interpretieren.
- Der WAI ist in höchstem Maße selektiv und entspricht nicht dem Stand interdisziplinärer Arbeits- und Gesundheitsforschung. Wenn es um Belastungen, ihre subjektive Verarbeitung und um Bewältigungsressourcen der Arbeitenden geht, ist eine ganzheitliche, integrierende Betrachtung des Zusammenhangs von Arbeit und Subjekt erforderlich und möglich;
- während der WAI expertenorientiert ist und die ArbeitnehmerInnen nur informatorisch einbezogen werden, muss wissenschaftliche Modellbildung durch Experten der Praxis wie auch durch Alltagstheorien der ArbeitnehmerInnen ("Erfahrungswissen") ergänzt werden, sobald es um die Umsetzung von Erkenntnissen geht. Es kommt auf Widersprüche und Konflikte als Gradmesser der Praktikabilität an.
- bei der Generierung wie bei der Verwendung arbeitswissenschaftlicher Erkenntnisse müssen sowohl betriebswirtschaftliche Rationalisierungs- wie auch Kontrollziele deutlich gemacht und mit den Zielen der Gesundheit und Personenförderlichkeit abgeglichen werden. Nur das für diesen Prozess nötige Vertrauen schafft valide Ergebnisse und kann nicht allein über statistische Prüfverfahren sondern auch über Beteiligungsverfahren sichergestellt werden (vgl. ebenda, 56).

Neue Ansätze betrieblicher Gesundheitspolitik, die diesen Anforderungen eher gerecht werden, haben verschiedene Wurzeln: die Veränderung des Arbeitsschutzes sowie die Betriebliche Gesundheitsförderung.

### **III.3.3 Arbeitsschutz**



Der klassische Arbeitsschutz war traditionell eine Sache von Experten, die die Definitionsmacht über die Pathogenität der Arbeitsbedingungen hatten, während die Beschäftigten eher die Objekte der Arbeitsgestaltung waren. Dies hing im wesentlichen mit einem Risikokonzept zusammen, das auf physikalisch-technische bzw. chemische Gefährdungen ausgerichtet war, bei deren Beurteilung dem Experten i.d.R. mehr Gewicht zukommt als dem Laien. Dies galt für den inner- wie außerbetrieblichen Arbeitsschutz (z.B. die staatliche Gewerbeaufsicht). Insgesamt war das traditionelle Arbeitsschutzsystem eine adäquate Antwort für den Umgang mit den gesundheitlichen Folgen frühindustrieller Produktion: Staatliche Vorschriften schufen Mindeststandards für die Arbeitsbedingungen, führten z.B. zur Zurückdrängung von Dampfkesselunfällen und Kinderarbeit sowie zur Beschränkung von Arbeitszeiten. Sie mündeten viel später in den Versuch, das gesamte Spektrum arbeitsbedingter Einflüsse auf die menschliche Gesundheit erfassen, normieren und standardisieren zu wollen.

Das klassische Paradigma der Arbeitsmedizin reicht allerdings nicht aus, um auch psychosoziale Arbeitsbelastungen zu beurteilen, die sich aus organisatorischen, zwischenmenschlichen und arbeitsmarktbedingten Konstellationen ergeben und ein ganzes Spektrum potentiell belastender Arbeitsbedingungen umfassen (vgl. Siegrist 1999, 43f.).

Da die alltäglichen Gesundheitsprobleme am Arbeitsplatz allein mit Expertenwissen nicht mehr zu lösen waren, bildeten sich in den 70er und 80er Jahren des 20. Jahrhunderts in der Bundesrepublik Gegenbewegungen zur Auseinandersetzung mit arbeitsbedingten Gesundheitsgefahren, die vor allem das Erfahrungswissen und die Selbstbeobachtung eigener Beschwerden im Zusammenhang mit den Arbeitsbedingungen zum Ausgangspunkt hatten, damit wiederum bei den Arbeitsschutzexperten wenig Gehör fanden. (vgl. Kuhn/Göbel 2003, 74ff.).

Nach Richterling u.a. werden damit auch gemeinschaftliche und individuelle Lebensstile zum Ausgangspunkt konzeptioneller Überlegungen gesundheitsförderlicher Maßnahmen. (Richterling u.a. 1992, 56). Ein derartig "systemisch angelegtes Konzept" verlangt, "betriebliche Bedingungen entsprechend so anzupassen, dass Selbsthilfekompetenzen von Beschäftigten gestärkt werden können" (ebenda). So wie mit dem Abschied von fordistischen Produktionsbedingungen und der Zunahme der systemisch vernetzten Produktion der einzelne - bei aller Widersprüchlichkeit - an Bedeutung gewinnt, schlägt sich der Rückgang bisheriger Gesundheitsgefahren in der Arbeit und die Zunahme anderer Belastungen auch in der Sichtweise der Arbeitsmedizin nieder.

Mit dem Arbeitsschutzgesetz von 1996 werden die Unterschiede zur betrieblichen Gesundheitsförderung weitgehend eingeebnet. Auch dem Arbeitsschutz wurde ein methodischer Ansatz aufgegeben, nach dem der Arbeitgeber dafür sorgen muss, dass bei Arbeitsschutzmaßnahmen alle relevanten Einflussfaktoren und Gestaltungsebenen (z.B. Technik, Arbeitsorganisation, sonstige Arbeitsbedingungen, soziale Beziehungen und Einfluss der Umwelt auf den Arbeitsplatz), "sachgerecht verknüpft" werden. Arbeitsschutzmaßnahmen muss eine Gefährdungsbeurteilung zugrunde gelegt werden: Bestandsaufnahme aller Gesundheitsrisiken am Arbeitsplatz als Basis der Maßnahmeplanung, Überwachung der Umsetzung, Erfolgskontrolle und Einbeziehung der Beschäftigten. Die Arbeitsschutzexperten können auf dieser Grundlage die betriebliche Gesundheitsförderung auch als Teil ihrer Aufgabenstellung betrachten.

### **III.3.4 Betriebliche Gesundheitsförderung**

Die Ottawa Charta der Weltgesundheitsorganisation (WHO) von 1986 brachte einen breiten Konsens vieler Fachleute im Gesundheitswesen der Industrieländer zum Ausdruck: die Prävention erhielt einen zentralen Stellenwert auch in Bezug auf die Arbeitswelt: "Die Art und Weise, wie die Gesellschaft die Arbeit, die Arbeitsbedingungen und die Freizeit organisiert, sollte eine Quelle der Gesundheit sein" (Göbel, Kuhn 2003, 78f.).

Seit den 90er Jahren des 20. Jahrhunderts erlauben der Erkenntnisfortschritt arbeitsbezogener Gesundheitsforschung, neues EU-Recht (insbesondere die Gefährdungsbeurteilung) und die in bundesdeutschen Gesetzen niedergelegten Aufträge an Prävention und Gesundheitsförderung ebenso wie auch die Weiterentwicklung der Arbeitsgestaltungskompetenz der Betriebe und Tarifparteien wieder stärker vorwärts weisende Lösungen zu verfolgen (Georg, Peter 2007, 55).

So heißt es in der Luxemburger Deklaration zur betrieblichen Gesundheitsförderung in der Europäischen Union: "Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) umfasst alle gemeinsamen Maßnahmen von Arbeitgebern, Arbeitnehmern und Gesellschaft zur Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz. Dies kann durch die Verknüpfung folgender Ansätze erreicht werden: Verbesserung der Arbeitsorganisation und Arbeitsbedingungen, Förderung einer aktiven Mitarbeiterbeteiligung und Stärkung persönlicher Kompetenzen " (1997, 1).

Die betriebliche Gesundheitsförderung hat in den vergangenen Jahren einen vehementen

Aufschwung erlebt<sup>57</sup>. War vordem der traditionelle betriebliche Arbeitsschutz die Hauptsäule betrieblicher Gesundheitspolitik, wird inzwischen in Projekten betriebswirtschaftlich motivierter Organisationsentwicklung darauf geachtet, von vornherein gesundheitsförderliche Arbeitsbedingungen zu gestalten.

Die Managementpolitik, die auf die Erhaltung und Förderung ihrer Humankapazitäten ("Human resource management") bedacht ist, überschneidet sich in dieser Zielsetzung mit Projekten der Gesundheitsförderung. "Der Betrieb ist nicht mehr nur deshalb gesundheitspolitischer Interventionsort, weil dort wesentliche Verursachungsanteile der modernen chronisch-degenerativen Volkskrankheiten liegen und weil Interventionen dort effektiver zu organisieren und deshalb gesundheitspolitisch effizienter sind als in anderen Lebensbereichen, sondern auch, weil mit solchen Interventionen neben gesundheitlich auch betriebswirtschaftlich positive Effekte zu erzielen sind" (Rosenbrock, 1993, 15), oder alltagssprachlich ausgedrückt: "Ist der Mitarbeiter gesund, freut sich der Chef" (Thierbach, 1996).

Theoretisch begründet wird betriebliche Gesundheitsförderung zum einen anhand handlungstheoretisch orientierter arbeits- und organisationspsychologischer Ansätze.

Zweites Standbein stellen die Ergebnisse der Stressforschung, insbesondere das Salutogenese-Konzept von Antonovsky dar (vgl. Kuhn 2005, 160f. sowie Kap.III1.4.1).

Indem die betriebliche Gesundheitsförderung auf Arbeitspsychologie und Stressforschung rekurriert, gewinnt sie sowohl eine konzeptionelle Grundlage zur inhaltlichen Gestaltung menschengerechter Arbeitsbedingungen und Arbeitsabläufe als auch eine methodische Grundlage zur Gestaltung von Veränderungsprozessen.

Arbeitsbedingungen sind nicht ohne aktive Einbeziehung der Beschäftigten zu verändern. In einer Reihe von Projekten der Gesundheitsförderung von Krankenkassen und Berufsgenossenschaften<sup>58</sup> wurden daher - begleitet von wissenschaftlichen Institutionen - verschiedene Zielgruppen in Form von Partizipation, Kompetenzaufbau, Konflikttraining

---

<sup>57</sup> Betriebliche Gesundheitsförderung ist inzwischen in den meisten Großbetrieben bekannt, viele Betriebe haben anspruchsvolle Projekte realisiert. Auch in zahlreichen Universitäten und Fachhochschulen ist sie Ausbildungsgegenstand, auf dem privaten Weiterbildungsmarkt häufen sich Angebote zum "betrieblichen Gesundheitsmanager". Bei den Krankenkassen und Berufsgenossenschaften sind Maßnahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung ebenfalls Bestandteil des Leistungsangebots (vgl. Kuhn 2005, 159).

<sup>58</sup> Seit dem Jahr 2000 sind sowohl die Krankenkassen ebenso wie die Berufsgenossenschaften zuständig (§ 20, 2, SGB V). Während die Krankenkassen eher Betriebliche Gesundheitsförderung als "den Arbeitsschutz ergänzende Maßnahmen" durchführen können, kümmern sich die Berufsgenossenschaften vor allem um die "Verhütung arbeitsbedingter Gesundheitsgefahren". Die Krankenkassen definieren in ihrem Präventionsleitfaden von 2001 vier prioritäre Handlungsfelder: Bewegung (zur Vorbeugung und Reduzierung von Belastungen des Bewegungsapparats, psychosozialem Stress, Ernährung und Sucht (vgl. Göbel, Kuhn 2003 82).

etc. in Arbeitsgestaltungsprozesse einbezogen: durch Implementierung eines betrieblichen Gesundheitsmanagements, von Gesundheitszirkeln oder durch gesundheitsorientiertes Coaching von Schichtarbeitern u.a.m..

Die avanciertesten und erfolgreichsten Ansätze Betrieblicher Gesundheitsförderung weisen so deutlich über den klassischen Arbeitsschutz hinaus und beinhalten z.B. die Schaffung konsistenter Anforderungsstrukturen, abwechslungsreicher und geistig anregender Aufgabenzuschnitte, die Erweiterung zeitlicher und inhaltlicher Handlungs- und Entscheidungsspielräume, die Stärkung sozialer Unterstützungspotentiale sowie in jedem Fall ein Mehr an Partizipation von Beschäftigten (Lenhardt, Elkeles, Rosenbrock 1997, 299). Indem das gesamte betriebliche Bedingungsgefüge in seinem technischen, organisatorischen, sozialen und kommunikativen Dimensionen ins Blickfeld rückt, sinkt die Häufigkeit arbeitsbedingter Erkrankungen und der dadurch bedingten Arbeitsunfähigkeit deutlich<sup>59</sup>. Ein solcher „combined approach“ zeichnet sich insbesondere durch drei Faktoren aus:

- er setzt vor allem an betrieblich bedingten Problemursachen an und beschränkt sich nicht auf individuumbezogene Maßnahmen des Körper- und Verhaltenstrainings (z.B. Rückenschule)
- er zielt nicht nur auf isolierte technisch-physikalische Belastungsfaktoren, sondern berücksichtigt auch Einflüsse aus organisatorischen und sozialen Kontexten (z.B. Arbeitszeit, Führungsstil, Kommunikation)
- er ist partizipativ orientiert, indem die Beschäftigten möglichst weitgehend in die Analyse betrieblicher Gesundheitsrisiken und die Entwicklung präventiver Maßnahmen einbezogen werden.

### **III.3.5 Neue Herausforderungen der Betrieblichen Gesundheitsförderung**

Inzwischen ist das Konzept der Gesundheitsförderung, insbesondere der Betrieblichen Gesundheitsförderung daraufhin zu betrachten, ob es auch den veränderten betrieblichen Bedingungen gerecht wird. Denn unter Bedingungen flexibler Arbeitsgestaltung und indirekter Steuerung scheint der „combined approach“ nicht mehr bzw. nur teilweise im Sinne eines Belastungsabbaus zu greifen bzw. wirksam zu sein:

---

<sup>59</sup> Als Instrumente erfolgreicher Betrieblicher Gesundheitsförderung gelten bisher der betriebliche Gesundheitsbericht als Datenbasis, die Mitarbeiterbefragung als Erkundung der subjektiven Befindlichkeit der Beschäftigten, der Arbeitskreis Gesundheit als Steuerungsgremium sowie Gesundheitszirkel als Möglichkeit der Beteiligung und Mobilisierung der Beschäftigten (vgl. Kuhn 1996, 12ff.).

- Problemursachen sind strukturell bedingt (Vorgabe von marktlichen Rahmenbedingungen) und nicht grundsätzlich veränderbar (zumindest nicht auf betrieblicher Ebene),
- die Berücksichtigung von Wechselwirkungen sozialer Kontexte und die Transparenz von Handlungs- und Entscheidungsketten ist durchaus ein zentraler Einflussfaktor, allerdings wäre zu prüfen, inwiefern die einzelnen in die Lage versetzt werden, gemeinsam die neuartigen Strategien zu analysieren, um daraufhin in ihrer jeweiligen Verantwortung (z.B. für ihr Projekt) kooperative Regelungen treffen zu können,
- menschliche Arbeitskraft wird nicht mehr nur in beruflicher Hinsicht, sondern in ihrer leiblichen Gesamtheit vereinnahmt, wobei die Partizipation, d.h. die Selbsttätigkeit und Selbstverantwortung, gerade problemverschärfend wirkt, indem die einzelnen unter Rücknahme ihrer vitalen Interessen vor allem selbstausbeuterisch im Interesse des Betriebs bzw. im Sinne der Marktanforderungen tätig werden. Dadurch kann die Balance von Arbeit und Leben ins Ungleichgewicht geraten.

Nach Kuhn (2005, 166) haben Fragen der Gesundheitsförderlichkeit und Sinnhaftigkeit von Arbeit nicht nur mit den objektiven Arbeitsbedingungen, sondern auch mit subjektiven Bilanzierungs- und Bewertungsprozessen zu tun. Daraus folgen für ihn für die betriebliche Gesundheitsförderung folgende konzeptionelle Perspektiven:

1. Wenn Problemursachen in Form der Vorgabe von marktlichen Rahmenbedingungen strukturell bedingt sind sowie in der Arbeit selbst Wechselwirkungen sozialer Kontexte und die Transparenz von Handlungs- und Entscheidungsketten als zentrale Einflussgrößen zu berücksichtigen sind, müssen Sinn und Gesundheitsförderlichkeit von Arbeit auch in ihrer gesellschaftlichen Dimension gefasst werden. Dementsprechend müsste auch in betrieblichen Debatten um Gesundheit eine Rolle spielen, *wie, was, in welcher Weise und in welcher Zeit* hergestellt werden soll.
2. Wenn für die gesundheitliche Bewertung von Arbeit der Zusammenhang von Arbeit und Nichtarbeit und von beruflicher und nicht-beruflicher Lebenssphäre nicht ausgeblendet werden kann, erscheint es sinnvoll, ihn explizit zum Thema einer arbeits- und lebensweltbezogenen Gesundheitsförderung zu machen. Dies gilt um so mehr, je mehr die Grenzen von Arbeit und Nichtarbeit im Sinne einer "Verbetrieblichung der Lebenswelt" verwischen.
3. Wenn die Frage von Sinn und Gesundheit gerade auch der postmodernen Arbeit von persönlichen Bilanzierungsprozessen abhängt, gleichzeitig die Gestaltung der Arbeitsbedingungen und der Sinn von Arbeit immer auch gemeinschaftlich erzeugt wird, kann die mit der Bilanzierung erfolgende Reflexion nicht nur individuell sondern im

gemeinsamen Erfahrungsaustausch geschehen. Dazu wiederum bedarf es geeigneter Formen betriebsnaher Forschungs-, Bildungs- und Beratungsarbeit (vgl. Kuhn 2005, 166). Eine mögliche Herangehensweise besteht in der "Lebensweltorientierten" Primärprävention, die im folgenden kurz skizziert wird.

### **III.3.6 Lebensweltorientierte Primärprävention**

Der Anforderung an Interventionen, sich im Feld von Gesundheit und Krankheit sowohl auf den gesellschaftlichen wie individuellen Pol gleichermaßen zu beziehen, kommt eine Interventionsform sehr nahe, die Wright als "Lebensweltorientierte Primärprävention"<sup>60</sup> bezeichnet (vgl. Wright 2006, 58ff.).

Ausgangspunkt seines Plädoyers für eine derartige integrative Interventionsform ist der von der klinischen Medizin lancierte Anspruch, in allen Interventionsbereichen des Gesundheitswesens (Primärprävention, Versorgung, Pflege und Rehabilitation) "theoriegeleitet, evidenzbasiert und qualitätsgesichert" zu sein.

Diese theoretische Grundlage der Medizin basiert auf einem von den Disziplinen Biologie und Chemie dominierten naturwissenschaftlichen Verständnis des menschlichen Daseins. "Theoriegeleitet" bedeutet in diesem Sinne, dass jeder Intervention eine biologische Plausibilität zugrunde liegen muss. Für die große Mehrheit der Gesundheitswissenschaftler müssen primärpräventive Maßnahmen aber auch deutliche sozialwissenschaftlich fundierte Begründungen aufweisen, die wiederum durch eine Vielfalt von erkenntnistheoretischen Positionen gekennzeichnet sind (vgl. Wright 2006, 58ff.). Im internationalen Diskurs sind nun drei Positionen zum Problem der Theorienvielfalt differenzierbar:

1. Theorien, die von der Wissenschaft entwickelt und für die Praxis aufbereitet werden, um sie anschließend in konkrete Interventionen umzusetzen. Sie vertreten einen deutlich erkennbaren, wenn auch nicht immer explizit formulierten erkenntnistheoretischen Ansatz und argumentieren für eine einzelne theoretische Perspektive für alle Settings. Dazu gehören nach Wright z.B. die Diffusionstheorie, das transtheoretische Modell, das Health-Belief-Modell.
2. Die zweite Position besteht darin, dass jede Intervention einer Theorie folgen muss, ohne aber dabei eine bestimmte Theorie oder ein bestimmtes Modell privilegieren zu müssen, und

---

<sup>60</sup> Hier wird "Primärprävention" im Sinne von Rosenbrock (2001) als Überbegriff für die Verhinderung von Krankheiten verstanden. Dazu gehört sowohl Krankheitsvermeidung durch die Senkung gesundheitsschädlicher Belastungen als auch Gesundheitsförderung durch den Aufbau gesundheitsstärkender Ressourcen (vgl. Wright 2006, 72).

sie dann entsprechend der Bedingungen vor Ort anpassen zu können. Die Vertreter dieser Position distanzieren sich von einer Identifikation mit spezifischen theoretischen Ansätzen und relativieren dadurch je nach Setting die Wahrheitsansprüche der wissenschaftlichen Theoriebildung, wobei sie gleichwohl die Bestimmungsmacht wissenschaftlichen Herangehens verteidigen.

3. Die dritte Position wird vor allem in der qualitativen Forschung lebensweltorientierter Projekte vertreten. Ihre Interventionsbasis ist die Entwicklung einer lokalen Theorie auf Grund der in der Zielgruppe und deren Umgebung vorhandenen Wahrnehmungen, Erklärungsmuster und Bestrebungen. Diese Gruppe fokussiert somit auf die Entwicklung lokaler, situationsspezifischer Erklärungen, stellt die grundsätzliche Bestimmungsmacht von Wissenschaft in Frage und postuliert das Setting als Ort der Theoriebildung; Wissenschaft hat lediglich begleitende, keine bestimmende Funktion (vgl. Wright 2006, 60).

Die Definitionen und Ansprüche bezogen auf die Begriffe "evidenzbasiert" und "qualitätsgesichert" differieren entsprechend des Theorieverständnisses.

Im allgemeinen bedeutet eine "evidenzbasierte Praxis", dass ausreichende, wissenschaftlich erbrachte Nachweise Voraussetzung für die Wirksamkeit einer Intervention sind<sup>61</sup>. Diese Aussagen beziehen sich auf die Wirkung an sich, auf den Vergleich dieser Wirkung mit derjenigen anderer Behandlungsmöglichkeiten, sowie auf die zu erwartende Wirkung bei bestimmten Patientengruppen. In der lebensweltlichen Primärprävention gibt es jedoch keine isolierbaren Wirkstoffe, die zeitstabil und unabhängig von den Eigenarten des Arztes oder des Patienten eingesetzt werden können. Subjektive Befindlichkeiten, Beratungsgespräche und Gesundheitskurse können nicht schematisiert werden. Anknüpfend an den Diskurs um erklärende und verstehende Verfahren (vgl. Seewald 1992, 232ff.) wird ein kausaler Erklärungsanspruch der Entwicklung von Gesundheit und Krankheit in Bereiche getragen, die selbst nicht logisch strukturiert sind, wie z.B. subjektive Überzeugungen in einer Arbeitsgruppe über "richtiges" gesundheitliches Verhalten. Dadurch wird "die dialogische Struktur des Erkenntnisgegenstandes zerstört, weil im Erklären notwendig monologisch vorgegangen wird" (vgl. Seewald 1992, 241). Notwendig ist eher die Berücksichtigung der situativen Faktoren, um in einem bestimmten Setting zu intervenieren. "Die Frage ist nicht, ob die Intervention im Allgemeinen effektiv ist, sondern ob sie zu diesem Zeitpunkt in der

---

<sup>61</sup>Beispiel eines evidenzbasierten Vorgehens ist die Zulassung von Medikamenten. Durch kontrollierte, randomisierte Versuche wird jedes Präparat daraufhin geprüft, ob es eine quantifizierbare, statistisch signifikante positive oder negative Wirkung hinsichtlich des Gesundheitsproblems hat. Über eine Grundsicherheit hinaus sollen effektive von wirkungslosen Verfahren getrennt werden, für praktizierende Ärzte soll die Wahrscheinlichkeit der Eignung untermauert werden (vgl. Wright 2006, 61).

Entwicklung eines Gesundheitsproblems, in diesem Setting, unter Berücksichtigung der Interessen dieser Akteure die richtige ist" (Wright 2006, 63). Um die Interessen bzw. Gesundheitsprobleme zu verstehen, sind auch sinnverstehende Aussagen als gültig zu betrachten.

Vom Standpunkt des Verstehens ist Objektivität "die Wahrheit im Sinn der Angemessenheit einer Erkenntnis an ihren Gegenstand" (Bollnow 1966, zit. in Seewald 1992, 242). Ein derartiger Objektivitätsbegriff macht es möglich, nach der Wahrheit zu fragen, die im Extremfall nur auf einen Menschen beschränkt und dennoch angemessen ist. Dies beinhaltet allerdings - und so weit geht Wright nicht - den Forscher oder Projektleiter als Teil der dialogischen Struktur des zu Verstehenden einzubeziehen, da sinnverstehendes Erkennen immer personengebunden ist. "Die Objektivität von sinnverstehenden Aussagen ergibt sich also nicht aus der Reproduzierbarkeit und intersubjektiven Überprüfbarkeit sondern aus der bewussten und reflektierten Beteiligung der eigenen Subjektivität" (Seewald 1992, 243). Für ihre Gültigkeit gibt es nun kein "objektives", messbares, von außen herangetragenenes Kriterium - sie misst sich an der Bewährung und Erprobung im wirklichen Leben. Die Verbindlichkeit sinnverstehender Aussagen ist damit aber grundsätzlich begrenzt, weil Verstehen situativ gebunden bleibt. Innerhalb dieses Bereichs jedoch, dessen Grenzen jeweils mit zu reflektieren sind, "können sinnverstehende Aussagen eine Verbindlichkeit beanspruchen, die durch keine andere Erkenntnisform ersetzt oder überboten werden kann" (vgl. Seewald 1992, 244).

Eine solche unkontrollierbare Variabilität primärpräventiver Interventionen stellt nun die Übertragbarkeit der Ergebnisse experimenteller Studien auf andere Situationen in Frage. Um Beziehungen zwischen einer klar definierten quantifizierbaren Intervention und einem quantifizierbaren Ergebnis (Kausalität) zu belegen, müssen im experimentellen Verfahren Interventionen standardisiert und vereinfacht werden. Dies geschieht durch die Herstellung einer künstlichen praxisfremden Situation, wodurch die situationsbezogene Validität der Aussage über die Effektivität der Maßnahme beeinträchtigt wird. Die Wirksamkeit einer Gesundheitsmaßnahme besteht hingegen meist in der flexiblen Berücksichtigung der Bedürfnisse der Teilnehmenden.

Experimentelle Verfahren erfordern in der Regel einen großen zeitlichen, personellen und finanziellen Aufwand, der in keinem Verhältnis zum Erkenntnisgewinn steht. Darüber hinaus können und wollen Geldgeber und Praktiker oft nicht auf die Ergebnisse wissenschaftlicher Untersuchungen warten, sondern müssen unter dem Druck knapper



Ressourcen handeln.

Die Kritik am klinischen Versuch als Maßstab für die Wirksamkeit lebensweltlicher Primärprävention fasst Wright folgendermaßen zusammen: "Die Wirkungsweise dieser Arbeit wird nicht adäquat berücksichtigt, die Übertragbarkeit (externe Validität jenes Interventionsversuchs) wird überschätzt, die zum Teil erheblichen Unterschiede innerhalb der Zielgruppe werden nicht beachtet, die Möglichkeit, Kausalität festzustellen, wird überbewertet und der Aufwand, den solche Versuche verlangen, steht in keinem Verhältnis zum Ergebnis" (Wright, 2006, 62).

Entsprechend der jeweiligen theoriegeleiteten und evidenzbasierten Prinzipien lassen sich auch bezüglich qualitätsgesicherter Interventionen wieder drei Standpunkte unterscheiden:

1. das klinisch-medizinische Verständnis soll auf alle Bereiche der Primärprävention übertragen werden: alle Bestrebungen der Qualitätssicherung und Evaluation betrachten Qualität in ihrem Bezug auf eindeutige, erprobte, konsequent angewandte Theorien, die sich wiederum in standardisierbare Interventionen umsetzen und durch experimentelle Untersuchungen testen lassen müssen.
2. Qualitätskonzepte werden zwar auch bei der Wissenschaft verortet, der privilegierte Status des experimentellen Verfahrens wird jedoch abgelehnt und es wird für eine Pluralität von Methoden plädiert, die nicht nur wissenschaftliche Untersuchungen sondern auch diverse Formen des Qualitätsmanagements berücksichtigen.
3. Der dritte Standpunkt sieht wissenschaftliche Untersuchungen und Qualitätskonzepte als nützliche Hilfen für Qualitätsentwicklung vor Ort, betont jedoch den lokal bedingten Charakter der Qualitätsdiskussion, die mit den Interessen der Zielgruppe, der Geldgeber und der Praktiker stark zusammenhängt (vgl. Wright 2006, 65f.).

Der Konflikt zwischen den Qualitätsansprüchen der Wissenschaft und den Praxisrealitäten der lebensweltorientierten Primärprävention wird nun im dialektischen Sinne aufgehoben, wenn die Prinzipien der Partizipation nicht nur auf die Gestaltung und Durchführung der Interventionsmaßnahmen selbst, sondern auch auf deren Qualitätssicherung und Evaluation konsequent übertragen wird.

Partizipative Qualitätssicherung und Evaluation beruhen auf Methoden der Aktionsforschung (auch Handlungsforschung genannt). Politisch gesehen entspricht das explizite Ziel der Aktionsforschung im Bereich der lebensweltlichen Primärprävention den Grundsätzen der WHO-Ottawa-Charta, indem sie die Handlungsfähigkeit sowohl sozial

benachteiligter Menschen als auch der in ihrem Lebensumfeld arbeitenden Projekte stärken will (vgl. (Wright, 2006, 66). Vom Standpunkt naturwissenschaftlichen Denkens liegt aber ihre große Schwäche darin, Qualität zu subjektiv, d.h. je nach Wahrnehmung und Deutungsmuster zu bewerten und einer gewissen Beliebigkeit anheim zu fallen (vgl. ebenda 67). Wright schlägt vor, einen deutlich erkennbaren Rahmen für die Gestaltung und Überprüfung zu schaffen, der gleichzeitig die Souveränität des Lokalen und Subjektiven anerkennt. Dadurch verlieren die Grundprinzipien theoriegeleitet, evidenzbasiert und qualitätsgesichert nicht an Aussagekraft, im Gegenteil - sie gewinnen eine neue Relevanz für alle Beteiligten. Der Wegweiser in diese neue Richtung sind: lokale Theorie, lokale Evidenz und maßgeschneiderte Maßnahmen zur Qualitätsentwicklung (vgl. (Wright, 2006, 68). "Lokale Theorie" impliziert, dass ein Gesundheitsproblem und dessen Ursachen nur vor Ort feststellbar sind.

Wenn "lokale Theorie" zu einem handlungsleitenden Begriff für theoriegeleitete Praxis werden soll, bedarf es Kriterien, um einerseits nicht beliebig zu werden und andererseits nicht den diskursiven Raum der Agierenden vor Ort unnötig einzuschränken. In diesem Sinn definiert Wright "lokale Theorie" als eine "durch einen partizipativen Prozess konsensuell geformte Erklärung eines lokalen Gesundheitsproblems, die die Merkmale des Problems vor Ort konkret beschreibt, lokale Ursachen des Problems erläutert und die Grundzüge für eine Bekämpfungsstrategie umfasst, die einen unmittelbaren Bezug zum Problem und dessen Ursachen herstellt" (Wright, 2006, 68). Methodisch bedeutet dies, dass Gesprächsteilnehmer/innen konkrete Beispiele aus ihrer eigenen Erfahrung heranziehen und über die Wege der Argumentation zu einem Konsens über die aus den Beispielen zu lernenden (neuen) Erkenntnisse gelangen und daraus wiederum Prinzipien ableiten, die in ihrer abstrakten Form etwas über die Eigenschaften aller solcher Beispiele aussagen. Mit dieser Methode werden Praktiker in die Lage versetzt, ihre Arbeitserfahrung oder ihre Erfahrung gesundheitlicher Einschränkungen und die damit verbundenen impliziten Theorien explizit zu machen und auf Grund dieser Reflexion Leitprinzipien zur Verbesserung ihrer Handlungspraxis zu formulieren.

Die wissenschaftliche und praktische Herausforderung bei der Umsetzung dieses Konzepts im Sinne der lokalen Evidenz ist es, mit den Beteiligten selbst Maßstäbe für lokal entwickelte und gesteuerte Strategien zu setzen und "einen Rahmen zu schaffen, in dem Nachweise systematisch überprüft werden können, ohne dass dieser Rahmen die Beteiligten vor Ort überfordert" (Wright, 2006, 70). Um die ortsspezifischen Problemmerkmale und -lösungsmöglichkeiten angemessen berücksichtigen zu können, sollen für

"maßgeschneiderte Qualitätsentwicklungsmaßnahmen" überregionale Strukturen aufgebaut werden, die einen Überblick über und einen Zugriff auf die jeweils lokal entwickelte Qualitätssicherung und Evaluation für die verschiedenen Arbeitsfelder der Primärprävention geben (vgl. ebenda 71).

Kritisch anzumerken ist, dass in der lokalen Theorie zwar subjektive Wahrnehmungs- und Handlungsmuster berücksichtigt werden sollen, die leibliche Dimension und die Dimension des Sinnverstehens aber nicht auftauchen. Ergänzt um die Erkenntnisse der Leibphänomenologie kann "Lokale Theorie" ein Baustein für ein erweitertes Gesundheitsverständnis sein.

### **III.3.6 Fazit**

Wenn abhängig Beschäftigte unternehmerische Verantwortung übernehmen sollen, ist dies - wie beschrieben - eine hochgradig ambivalente Anforderung. Burn Out, Stress, Versagensängste, innere Zerrissenheit, Erschöpfungszustände können daraus resultieren. Die undifferenzierte Rede von "mehr Autonomie" und "mehr Verantwortung" als ausschließlich positiv bewertete Gestaltungsziele verdeckt dieses Problem. Mit diesen Begriffen wird zwar der Taylorismus kritisiert, die Kritik bleibt aber abstrakt, weil die neuen Arbeitsformen nicht in ihrer Widersprüchlichkeit erfasst werden. "Autonom" ist man noch nicht, wenn man selbst lediglich über das "Wie" fremdgesetzter Unternehmensziele entscheiden darf. Wenn Begriffe wie "Autonomie", "Handlungsspielraum" oder "Verantwortung" einen gesundheitswissenschaftlichen Inhalt bekommen sollen, müssen sie sich auf Befindlichkeiten, Lebensbedürfnisse und -interessen der involvierten Menschen beziehen.

Insgesamt finden die Rahmenbedingungen, unter denen heute gearbeitet wird, und die gesundheitlichen Probleme, die sich daraus für die Beschäftigten ergeben können (Mobilität, unstete bzw. gebrochene Berufsbiografie, Angst vor Arbeitsplatzverlust und Angst vor Versagen, work-life-balance usw.) bisher noch zu wenig Beachtung in der Betrieblichen Gesundheitsförderung (vgl. Kuhn 2003, 167f.). So ist zwar aus gesundheitswissenschaftlicher Perspektive die „ganzheitliche Nutzung der Arbeitskraft“ zunächst ein Fortschritt gegenüber den partialisierten und kontrollierten Tätigkeiten und der damit verbundenen Unterdrückung menschlicher Potentiale im alten Produktionsmodell. Wenn allerdings nicht mehr auf äußere, sondern auf innere Disziplinierung gesetzt wird und das Nicht-Erreichen von betrieblichen Zielen zum persönlichen Versagen wird, verkehrt

sich die arbeits- und gesundheitswissenschaftliche These „Je größer Handlungsspielraum und Autonomie, desto größer Arbeitszufriedenheit und Gesundheit“, in ihr Gegenteil: trotz (oder wegen?) höherer Arbeitszufriedenheit und mehr Spaß an der Arbeit und der freiwilligen Mehrarbeit steigen die gesundheitlichen Gefährdungen.

Was bedeutet, so fragt Angela Schmidt (2004), in dieser Situation eine Gefährdungsbeurteilung, wie können gesundheitliche Belastungen ermittelt und präventiv angegangen werden? "Welche Bedeutung hat eine Auseinandersetzung der Individuen mit sich selbst für eine Gefährdungsbeurteilung unter den neuen Bedingungen? Ist eine solche ohne eine aktive Mitwirkung der Individuen überhaupt möglich? Welche Bedeutung haben die Fragen nach Freiwilligkeit und Unfreiwilligkeit, nach Selbständigkeit und Unselbständigkeit und Selbsttäuschung in diesem Zusammenhang?" (zit. in. Hien 2007, 27).

Es ist schwer vorstellbar, dass derartige Fragen ohne eine Beteiligung der betroffenen Individuen und ohne die Thematisierung ihrer leiblichen Involviertheit überhaupt richtig gestellt, ganz zu schweigen davon, halbwegs richtig beantwortet werden können. Genauso undenkbar ist freilich eine positive Lösung des Problems, wenn die betroffenen Individuen mit Problemdefinition und Problemlösung allein gelassen werden.

Gegenwärtig wird betriebliche Gesundheitsförderung mehr oder weniger gleichgesetzt mit den Programmen der gesetzlichen Krankenkassen, die wiederum eher sozialpartnerschaftlich verfasst sind und deren betriebliche Maßnahmenangebote von der Zustimmung der jeweiligen Arbeitgeber abhängig sind. Zwar werden darin auch betriebliche Organisationsstrukturen zur Debatte gestellt, dennoch findet eine kritische Reflexion betrieblicher Handlungsbedingungen vermutlich eher nicht statt. Dem Gesamtkomplex widmet sich dann das sog. "Betriebliche Gesundheitsmanagement".

Dennoch müssen Antworten auf die Probleme der "flexiblen" Menschen gefunden werden. Was kann den Menschen in welchen Situationen helfen, mit ambivalenten Anforderungsstrukturen in den neuen Produktionskonzepten zurechtzukommen, die Unsicherheiten ihrer beruflichen Perspektiven durchzustehen und ihr berufliches Leben mit dem Familienleben vereinbaren zu können?

Mit der Thematisierung auch der leiblichen Eingebundenheit der Menschen kann angeknüpft werden am ursprünglichen Anspruch der betrieblichen Gesundheitsförderung, auch die subjektive Sichtweise der Beschäftigten, Arbeitserfahrungen, die eigenen leiblichen Befindlichkeiten und das eigene Verhalten im Kontext mit den betrieblichen Bedingungen, mit den Kolleginnen und Kollegen sowie der nicht-beruflichen Lebenssphäre zu berücksichtigen.

## **IV. Gedanken zu einem psychomotorisch-motologischen Umgang mit Flexibilität**

### **IV.1 Leibphänomenologische Zugänge**

Indem soziologische Zugänge zu menschlichen Arbeitsverhältnissen bislang überwiegend über das markt- und betriebswirtschaftlich bewertete Ergebnis, über Strukturen der Arbeitsorganisation, über soziotechnische Arbeitssysteme, über ergonomische Messungen etc. erlangten, vernachlässigten sie einen Aspekt von Arbeit, den ein Arbeitssoziologe der ersten Stunde, Adolf Levenstein, mit einer methodologisch noch unbelasteten und daher unbekümmerten Frische in seinem Begleitbrief zu einer der ersten Arbeitererhebungen im Blick hatte: "Lieber Freund: Eine große Bitte ergeht an Sie. Möchte etwas wissen von Ihrem Fühlen und Denken, wie die Arbeit auf Sie einwirkt, welche Hoffnungen und Wünsche Sie haben. Schreiben Sie so recht aus der Seele heraus!" (v.Ferber, zit.in: Peter 1991, S. 16). Beim Diskurs über "Subjektivierung" und "Entgrenzung" von Arbeit, über neue Formen von Herrschaft in Marktprozessen und über damit verbundenen Widersprüchlichkeiten spielt gerade dieser Aspekt menschlicher Arbeit, d.h. das Verhältnis der Menschen zu ihren eigenen leiblichen Befindlichkeiten sowie zu ihrer Eingebundenheit in ihren jeweiligen (Arbeits-) Situationen eine wichtige Rolle. Erforderlich wird eine Perspektive auf die Subjektivierung von Arbeit, die auch das Subjektive, Unbeherrschbare, Dunkle und Unvorhersagbare in den Blick nehmen kann. Eine Forschungsperspektive, die eine potentielle motologische Begleitung für Menschen in entgrenzten Arbeitsverhältnissen bearbeiten will, kommt damit um die Einbeziehung leibphänomenologischer Gesichtspunkte nicht herum (vgl. Peter 2008, 169ff).

Im folgenden sollen daher die im ersten Abschnitt behandelten Phänomene postmoderner Arbeitsverhältnisse aus der Perspektive phänomenologischen Denkens betrachtet werden: Leiblichkeit, Leib und Zeit, Leibsubjekt und Identität sowie Macht und Handlungsfreiheit in Situationen. Auf dieser Basis werden dann im letzten Kapitel die lebenspraktischen Herausforderungen des flexiblen Menschen konfrontiert mit Möglichkeiten eines leibphänomenologischen begründeten Umgangs damit.

#### **IV.1.1 Die phänomenologische Haltung**

Ansätze phänomenologischen Denkens sind schon bei Denkern wie Platon, Descartes, Kant oder Hegel zu finden. Seit dem Ende des 19. Jahrhunderts ist die Phänomenologie insbesondere von Edmund Husserl etabliert, im weiteren u.a. von Georg Simmel, Alfred

Schütz, Max Scheler, Helmuth Plessner, Ludwig Binswanger und Maurice Merleau-Ponty als eigenständige Denkrichtung und Methode, als erkenntnis- und wissenschaftstheoretische Haltung weiterentwickelt worden. In Auseinandersetzung mit dem Fortschrittsoptimismus der Aufklärung und dem Versuch der von ihr ausgehenden Wissenschaften, die in der Erklärung und Steuerung von Naturprozessen erfolgreiche naturwissenschaftlich-positivistische Denkweise auch auf die Probleme und Geheimnisse menschlichen Daseins zu übertragen, versuchten Husserl und seine Nachfolger, die hinter technischen Begriffen und funktionalen Schemata verborgene Lebenswelt (wieder) zu entdecken, zu beschreiben und deren Wesensmerkmale heraus zu schälen. Husserl postuliert in seinen "Logischen Untersuchungen" (1900/01), "zurück zu den Sachen selbst", d.h. die Dinge wieder in ihrem "Erscheinen" als "Phänomene" zu thematisieren - gegen die Tendenz, nur das als wirklich zu akzeptieren, was die Naturwissenschaften beschreiben.. Eine Weiterentwicklung der Phänomenologie hat es in verschiedenen Bereichen gegeben: von der Soziologie bis in die Höhen der theoretischen Physik. Phänomenologische Forschung reflektiert ganz bewusst, dass Forschungsergebnisse auch vom Blick und von der Sichtweise des Beobachters sowie der Anordnung der jeweiligen Instrumente abhängen.

Die Phänomenologie will vermeiden, sich direkt auf Argumente des Für und Wider bestehender Theorien und Methoden und so auf bereits abgesteckte Begriffsgerüste eingrenzen zu lassen und damit eine Diskussion nach vorgegebenen Spielregeln führen zu müssen. Einer solchen Einengung des Blickwinkels versucht sie vorweg zu entgehen, indem sie zur ursprünglichen Erfahrung zurückkehrt. Diese ursprüngliche Erfahrung „liegt vor aller theoretischen Annahme einer objektiven Welt. Der Glaube an diese letztere ist naiv, sofern er sie als den letzten Boden all ihrer Aussagen unterstellt, und dabei vergisst, dass sie von bestimmten Voraussetzungen abhängig und unter bestimmten praktisch-historischen Bedingungen zustande gekommen ist“ (Coenen 1985, 18).

Die phänomenologische Reflexion führt zu einer Wirklichkeit, die im "objektiven" Denken wissenschaftlicher Theorie und Forschung wie auch im alltäglichen Handeln mit seinen mehr oder weniger weit reichenden Ansprüchen auf Rationalität und Selbstbewusstsein nicht bedacht wird, uns allen dennoch aber als Boden, auf dem wir stehen, stillschweigend vorausgesetzt ist. In dieser Wirklichkeit sind wir unmittelbar, unabsichtlich und durch bewusste Ansichten nicht negierbar verwurzelt und bezogen. Diese Verwurzelung ist allem gewollten und reflektierten Handeln schon vorgegeben und darin selbst auch fortdauernd anwesend. Sie fungiert als tragender Grund und ist der Rahmen unserer Aktionen, welcher

Art auch immer, sowie die Quelle, aus dem unser Wissen seine Inhalte bezieht. Das Feld der Phänomene (*champ phénoménal* - Merleau-Ponty) ist das Feld der konkreten, kontingenten Wirklichkeit, so wie wir sie hier und jetzt leben und erfahren "als ein beschränktes Feld mit seinem jeweiligen Horizont und durchzogen von einer jeweils mit Zufälligkeiten behafteten Perspektive" (Coenen 1985, 149). Das Feld der Phänomene "ist die Wirklichkeit unserer Wahrnehmung und unseres wahrnehmbaren Verhaltens. Wenn wir den Charakter dieses Felds verstehen wollen, müssen wir uns in den spezifischen Modus des subjektiven Lebens, der seinen vitalen Kern bildet, vertiefen" (Coenen 1985, 151).

Indem die Phänomenologie sich durch eine nachspürende, einfühlende, verstehende und rekonstruierende Methodik der Welt gegenüber öffnet und Erfahrung einlässt, versucht sie, die grundlegende Spaltung zwischen dem erkennenden Subjekt und der es umgebenden Welt von Objekten zu überwinden.

#### **IV.1.2 Leiblichkeit als Basis des Weltbezugs**

Der Modus des unmittelbaren „Zur-Welt-Seins“, welcher sich nicht einfügt in die gängigen Dualismen von Subjekt und Objekt, Innen und Außen, Individuum und Gesellschaft ist die Leiblichkeit. Die gelebte Leiblichkeit ist der Rahmen, in dem sich unsere Handlungen abspielen, der Leib bildet den existentiellen Ort, von dem alles seinen Sinn bekommt. Durch diese vorpersonale Existenz sind wir durch und durch der Welt verhaftet, sind aus dem selben Stoff gemacht wie die Welt, dem „*Chair du Monde*“ (Merleau-Ponty 1964, 153). Wir begegnen uns so in einem gemeinsamen Medium, im Anderen begegnet mir die schon immer vertraute Welt, andererseits kann ich auch dem Anderen über die Dinge der Welt begegnen, sei es in der gemeinsamen Aktivität, sei es, dass ich ihn in der Verkörperung die Dinge zu mir sprechen höre.

Der gemeinsame Weltbezug ist demnach die Basis der Sozialität. Die Frage ist, *wie* die einzelnen sich gemeinsam auf die Welt beziehen.

Um vor einem bloß positivistischen Hinnehmen gegebener Zustände bewahrt zu bleiben und evtl. das Gegebene aus der Perspektive eines „noch nicht“, „nicht mehr“ oder ethischer Grundsätze kritisieren und rekonstruieren oder neu konstruieren zu können, wird mit Merleau-Ponty der Leib in seiner Ambiguität terminologisch unterschieden: einmal als vermittelnd zur Welt (*corps vivant, phénoménal, fonctionnel*) zum anderen als Ding unter anderen Dingen (*corps objectif* oder *physical*). Im Deutschen entspricht dies der Unterscheidung von Leib und Körper (Husserl, Scheler, Plessner) oder deutlicher vom

„fungierenden Leib“ und vom „Körperding“. Der Leib ist immer einem unmittelbaren Erleben oder Miterleben zugänglich, während der Körper Gegenstand einer äußeren Beobachtung oder Behandlung ist (vgl. Waldenfels 1986, 156). Auch Böhme greift diese Unterscheidung auf. Mit „Leib“ wird die „Natur bezeichnet, die wir selbst sind, auf das Moment abhebend, dass wir uns leiblich selbst gegeben sind ... Der Körper ist das, was wir durch relative Lokalisation im Raum bestimmen können und durch Vorgänge des Messens und Wiegens und im weiteren durch alle wissenschaftlichen Methoden objektivieren können“ (Böhme 1999, 14f.). Unterschieden wird der Körper als physikalisch-biologischer Organismus des Menschen vom Leibe, „der sich im Wahrnehmen, Spüren, Kommunizieren, Handeln als ‘engagiertes Subjekt’“ (Merleau-Ponty 1996, 311) konstituiert, in dem alle menschlichen Fähigkeiten konvergieren und der unsere ‘Verankerung in der Welt’ darstellt“ (ebenda, 174). Der anthropologische Leibbegriff nimmt Bezug auf das, was uns betrifft und betroffen macht, auf die Fähigkeit uns als gesellschaftlich gewordenen Organismus zu erleben.

Die Funktion des Leibes lässt sich nur verstehen aus Sicht des leiblichen Lebens selbst; denn alles „Haben“ und Objektivieren setzt die Leiblichkeit schon voraus<sup>62</sup>. Solange ich der Welt zugewandt bin im Sprechen, Handeln und Erleben, tritt der Leib in den Hintergrund. Er meldet sich zum einen dann, wenn er meinen Vorhaben Grenzen und Widerstände setzt (z.B. etwas ist zu schwer zu tragen, sprachliche Mittel reichen nicht, um Gefühle wiederzugeben) oder durch Krankheiten, Anomalien etc. Zum anderen bewege ich mich nicht nur in der faktischen Vorfindlichkeit mit seinen leiblichen Begrenzungen, sondern Leib-Sein besagt gleichzeitig positiv Initiative, Intentionalität, eine über sich selbst hinausweisende Gestaltungskraft und Kreativität, eine begrenzte Offenheit für die Welt und die anderen (vgl. Waldenfels, 1986, 159).

Mit dem Doppelbegriff "Leib"/"Körper" werden zwei verschiedene Seiten der leiblichen Existenz beschrieben, welche in der Realität nie zu trennen sind, so dass letztere immer auch zweideutig ist. In Übereinstimmung mit den Erkenntnissen der Psychosomatik formuliert Merleau-Ponty: „Psychologische Motivationen und körperliche Anlässe können sich miteinander verflechten, da es keine einzige Bewegung im Leibe gibt, die einen absoluten Zufall darstellt gegenüber den psychischen Intentionen, und keinen einzigen psychischen Akt, der nicht wenigstens seinen Keim oder seine allgemeine Vorzeichnung fände in den

---

<sup>62</sup>An dieser Stelle benennt Körner eine unhintergehbare Aporie: "Die begriffliche Rede und Notation von 'Leib' führt in einen erkenntnistheoretischen Zirkel, denn in dem Augenblick, in dem wir dies tun, d.h. also 'Leib' sagen/schreiben, wird die 'gemeinte' Unmittelbarkeit durch Distanz und Sprache aufgehoben" (2002, 42).



physiologischen Dispositionen“ (1966, 113, zit. in: Waldenfels, 1986, 164). So sind z.B. auch nach Ruth Cohn die psychische und physiologische Seite "zwei Perspektiven, die wir vom Menschen haben; sie sind aber nicht zwei verschiedene Vorgänge" (zit. in Geuter 1998, 30). Sie sind eins und nicht eins und in ihrer Nicht-Identität eins. Und das macht die Stärke einer leiblichen Sichtweise aus: man kann menschliche Befindlichkeiten von verschiedenen Perspektiven her erkennen, wie z.B. "eine Traurigkeit als Bild, als Erinnerung, als Gefühl in der Brust, als Fluss der Tränen, als Zittern der Beine - und sie ist immer alles" (ebenda). Diese Doppeldeutigkeit (Merleau-Ponty: „ambiguité“) meint wiederum keinen dauernden Wechsel der Perspektive, sondern eine „*duplicité visible*“, insofern als die Natur nicht reine Natur, der Geist nicht reiner Geist, sondern der Mensch eines im andern ist (vgl. ebenda).<sup>63</sup> Kritisch dazu äußert sich die Historische Anthropologie: „Was die Phänomenologie als evident gegebenes eigenleibliches Spüren entdeckt und etwa der biowissenschaftlichen Sichtweise des Körpers entgegensetzt, ist aus der Sicht der ‘*body history*’ alles andere als ein Bereich fragloser Ursprünglichkeit. Vielmehr ist es Produkt des heutigen, schon nicht mehr bewusst wahrgenommenen öffentlichen Körperbewusstseins und als solches historisch ebenso relativ wie die entsprechende Körpererfahrung jeder anderen Epoche“ (Thomas 1996, 29). Mit einer derart differenzierten Sichtweise kann der Körper im Unterschied zu einem angenommenen anthropologisch überdauernden Wesenhaften im Sinne einer je gesellschaftlichen Prägung historisiert werden. Allerdings ist das sog. kernhafte auch nicht als immer schon vorhandene ontologische Dauerbefindlichkeit zu betrachten - je nach Anforderung entwickelt sich auch aus leibphänomenologischer Perspektive der Kern in einem dialektischen Prozess von Faktizität und Transzendenz weiter.

Die Differenzierung von Leib und Körper ist für den "flexiblen Menschen" insofern relevant, als er sich als Arbeitskörper nach wie vor instrumentell, d.h. in selbstgesteuertem zweckrationalen Handeln nutzen bzw. einsetzen muss. Musste er im fordistischen Produktionsmodell noch von seinen leiblichen Befindlichkeiten und Bedürfnissen abstrahieren, werden mit neuen Managementtechniken zunehmend auch leibliche Qualitäten wie z.B. bisher nicht objektivierbare Gefühle, subjektive Empfindungen und Phantasie in den Dienst des Unternehmenszwecks gestellt(siehe auch Kapitel I.3.5 und I.3.6).

Da Kooperation und Kommunikation in der Arbeit dialogische Prozesse sind, in denen sich das Verhalten der beteiligten Leibsubjekte in ganz bestimmter Weise und unter wechselnden Aspekten und Gesichtspunkten aufeinander oder auf bestimmte Gegenstände oder Sachver-

---

<sup>63</sup>Unsere Sprache ist allerdings noch unbeholfen in der Überwindung des Dualismus, wenn die Zweideutigkeit des Leibes immer noch negativ als weder Geist noch Natur, weder Seele noch Körper, weder Innen noch Außen bezeichnet wird (Waldenfels 2000, 42).

halte bezieht, soll im folgenden die leibliche Bedeutung intersubjektiver Beziehungen betrachtet werden.

#### **IV.1.3 Zwischenleiblichkeit als Medium der Sozialität**

Leiblichkeit zeigt sich als verbindende Stelle zwischen mir und dem Anderen: als Weise in der Welt anwesend zu sein sowie als Aspekt, unter dem der Andere wahrgenommen wird und in dem er sich selbst zeigt. Sobald wir mit einem anderen Menschen in Kontakt treten, interagieren unsere Leiber miteinander, tasten sich fortwährend ab, lösen subtile Empfindungen ineinander aus. Wir geraten in eine Art Kräftefeld, in eine eigenständige Sphäre von Wechselwirkungen, die wir nicht oder jedenfalls nur sehr begrenzt steuern und kontrollieren können. Unsere Leiber verstehen einander, ohne dass wir genau sagen könnten, wodurch und wie das geschieht. Die Formung und Aneignung des zunächst - in seinen mannigfachen unbekannten Regungen - noch fremden Leibes, vollzieht sich als Teil einer Totalität, als Organe einer einzigen „*intercorporéité*“, der Sphäre der Zwischenleiblichkeit. In dieser Sphäre leben wir schon, bevor sich eine Trennung zwischen dem Ich und dem Du entwickelt und die während des gesamten Lebens fortbesteht. Das "Zwischen" bedeutet damit nicht, „dass es ein A und ein B und einen Zwischenraum zwischen beiden gibt, denn das Zwischen ist nicht das, was zwischen A und B ist, sondern dieses Zwischen bezeichnet die Sphäre, die allererst zur Ausdifferenzierung von A und B führt“ (Waldenfels 2000, 286). So ist z.B. eine Familie eine „wandelbare Struktur“ in der die Familienmitglieder nicht als unabhängige Individuen miteinander in Beziehung treten, sondern in Absetzung, Trennung und Bindung zu den anderen Familienmitgliedern ihre Individualität herausbilden. Ähnlich bezeichnet das Zwischen bei Buber den Raum der Beziehung, der der Differenzierung von Ich und Du vorausgeht (Buber 1984) – ein gerade vor dem Hintergrund der Säuglingsforschung höchst aktueller Gedanke .

Die Säuglingsforschung hat herausgefunden, dass die zwischenleibliche Kommunikation schon mit der Geburt beginnt: Mutter und Kind verstehen sich auf einer emotionalen Ausdrucksebene längst bevor das Kind die ersten Worte erlernt und ein Ich-Bewusstsein entwickelt. Babys sind von Geburt an in der Lage, eine wahrgenommene Mimik in ihre eigene, propriozeptive Körperempfindung und entsprechende Bewegung zu übersetzen. Das heißt, es besteht ein angeborenes Körperschema, das sich mit der Wahrnehmung der Anderen verknüpft: Der fremde und der eigene Leib werden von vorne herein als verwandt erfahren. In den ersten Lebensmonaten entwickelt sich nun die Kommunikation zwischen

Mutter und Kind in subtilen, gestisch-mimisch-vokalen Interaktionen, die Daniel Stern mit einem Tanz verglichen hat: „Beide Partner kennen die Schritte und die Musik in- und auswendig und können sich daher exakt im Einklang miteinander bewegen“ (Stern 1979, S. 107). Zwar ist die Fähigkeit, die mimischen Ausdrucksmuster der primären Affekte zu erkennen und zu beantworten, angeboren, doch die „Uraffekte“, die der Säugling erlebt, erhalten erst in Verbindung mit den mütterlichen Reaktionen ihre Klärung und Bedeutung (vgl. Fuchs 2006, 7).

Das Zwischen lässt sich im gemeinsamen Verhalten sowie auf allen Erlebnisstufen der Beteiligten aufzeigen. Verhalten kann als zwischenleibliches Zusammenspiel von Gebärden gesehen werden, das primär auf den direkt gegebenen, selbst mitkonstituierten sozialen Kontext bezogen ist. In diesem „praktischen Verweisungszusammenhang“ bildet sich jeweils ein Sinn oder eine Regelmäßigkeit heraus, die bedingt, partiell und fragmentarisch bleibt (vgl. Coenen 1985, 280 ff.). In Anknüpfung an Mead kann so die menschliche Sozialität beschrieben werden als „ein Funktionszusammenhang von leiblichen Bewegungen“, der für die an der Situation Beteiligten weder ganz bewusst und gewollt, noch ganz unbewusst und automatisch verläuft. Spontaneität und Überlegung sind in ihm miteinander verwoben (Coenen 1986, 213). Die einzelnen Bewegungen wiederum sind aus dem gesamten leiblichen Kontext einer Situation heraus zu verstehen. Die Situation entwickelt sich in einem unentwirrbaren Zusammenspiel von aktiven und passiven Intentionalitätsmomenten, wobei der leibliche, „sich meinem bewussten Griff entziehende und über mich und meine direkt wahrnehmbaren Partner hinausgreifende Charakter des sozialen Zusammenhangs unseren Beziehungen etwas Undurchsichtiges gibt. Der leibliche Zusammenhang ist ein Feld, das durch seine Vieldeutigkeit dazu anregt, fortdauernd neue Sinndimensionen zu thematisieren. Wichtig ist dabei auch die Spontaneität oder Unmittelbarkeit des leiblichen Funktionszusammenhangs (vgl. Coenen 1986, 216). Damit kann man nicht streng trennen zwischen dem, was von mir kommt, und dem, was vom anderen kommt. Waldenfels bezeichnet dies als „passive Synthesis“: „eine Gemeinschaftsbildung, eine gemeinsame *opération*, die keiner für sich allein in Anspruch nehmen kann, weil *im* Sprechen, *im* Antworten, *im* Hören selber etwas entsteht, das nicht dem einzelnen zugerechnet werden kann“ (Waldenfels 2000, 300). Im Leib realisiert sich ein Selbstbezug, der als solcher nur im Fremdbezug, d.h. im Bezug auf andere, fremde Leiber zur Entfaltung kommt. Der Sinn bzw. die Intentionalität und die Responsivität ist das auf den Zusammenhang Abgestimmt-Sein der verschiedenen Bewegungen.

Der Sinn des eigenen Verhaltens, die Intentionalität, ist vorgegeben in der je eigenen Leiblichkeit.

Im Begriff der Intentionalität geht es um „die Gerichtetheit der *ganzen* menschlichen Person auf ihre Welt" (Coenen 1986, 204). Leibliches Verhalten hat einen Sinn, indem es sich in ganz bestimmter Weise und unter wechselnden Aspekten und Gesichtspunkten auf einen anwesenden oder nicht anwesenden Gegenstand oder eine Person bezieht. Der intentionale Sinn steht für ein "Woraufhin" des Verhaltens oder Erlebens. Intentionalität bedeutet dabei nicht, dass ich willentlich eine Absicht verfolge und bestimmte Akte vollziehe, indem ich sie tun oder lassen kann, sondern bezieht sich auf die Art und Weise, wie ich etwas tue, sage, erfahre. In diesem Sinne ist sie eine Dimension, die das Handeln und Verhalten als solches betrifft und ist damit auch eine Intentionalität von Akten, die im Horizont eines Handlungsfelds eingebettet ist.

"Responsive Leiblichkeit" bedeutet eine Verhaltens- und Erlebensweise, "die immer schon auf fremde Ansprüche antwortet" (Waldenfels 2000, 365). Anspruch fungiert dabei sowohl im Sinne von Appell als auch im Sinne eines Ansprucherhebens. "Der Anspruch ist kein Woraufhin und auch kein Wonach, das der Zielrichtung und der Regelung des Verhaltens entspricht, sondern ein Worauf, das der ‚Antwortlichkeit‘ des Verhaltens zuvorkommt. Der Anspruch ist nichts anderes als das, worauf ich antworte" (Waldenfels 2000, 368). So gibt es z.B. die Möglichkeit, dass jemand durch Blicke verletzt werden kann: bereits auf der Ebene des Blickens können Ansprüche auftreten. Er unterscheidet Antworten im engeren Sinne, wie z.B. das Füllen einer Wissenslücke, vom Antworten im weiteren Sinne. Letzteres bedeutet, überhaupt auf fremde Ansprüche einzugehen, unabhängig von dem, was ich im einzelnen von mir gebe. Dazu gehört auch die Möglichkeit der Antwortverweigerung. Diese weite Form des Antwortens ist nicht auf die Sprache beschränkt, sondern kann auch in einem Weghören oder Wegsehen bestehen, die Blicksprache kann als Disput unterhalb der Schwelle der Sprache angesehen werden. Antworten geschieht ebenso in Form des Handelns: die Handlung selbst antwortet auf die Bitte des anderen.

Während im informationstheoretischen Modell der Sprecher aktiv und der Hörer passiv empfangend ist, legt Merleau-Ponty nahe, „dass der Dialog eine wirkliche Kooperation vollbringt in dem Sinne, dass die eigene Tätigkeit in sich selber schon durch fremde Mitwirkung, etwa durch die Erwartung des Hörens, durch den Einwand des Anderen, sogar durch den möglichen Einwand geprägt ist“ (Waldenfels 2000, 301).

Dasjenige, worauf die Menschen in den Anordnungen postmoderner Arbeitsverhältnisse

handelnd antworten, sind u.a. die fremden Ansprüche des Marktes. Der gesellschaftliche Zusammenhang existiert dabei nicht oberhalb der Situation, getrennt von der Ebene der leiblichen Subjekte, sondern er ist das je eigene Zusammenspiel oder Zusammenarbeiten mit anderen, mit seiner Direktheit und seinen Überraschungsmomenten. Die mögliche verinnerlichte Antwort auf die Totalität und Maßlosigkeit der Marktprozesse kulminieren in dem Satz: *"Ich erleide den Prozess nicht, ich lebe ihn. Ich selbst bin der Prozess!"* (Schmidt 2000, 25). Ähnlich wie in einem Musikquartett sind fremdes und eigenes Handeln aufeinander abgestimmt, ohne dass es eines Dirigenten bedarf. Es entsteht ein Zusammenspiel, bei dem der einzelne nicht für sich selber spielt, sondern in das Spiel der Anderen "einstimmt" (Waldenfels 2000, 290).

In der Interaktion mit anderen wird der Sinn der Bewegungen des anderen wahrgenommen: seine Wut oder seine Freude wird miterlebt in dem Augenblick, in dem sie auftreten. So wäre z.B. das Empfinden von vornherein zu denken "als ein Mitempfinden im Sinne von Mitfreude und Mitleid. Mitleid entsteht nicht durch ein Hinzutreten sozialer Gefühle, sondern dadurch, dass ich in meinem Leben teilhabe am Anderen, dass ich mitbetroffen bin vom Leben der Anderen" (Waldenfels 2000, 288). Hervorzuheben ist in diesem Zusammenhang auch der überwältigende Charakter von Emotionen: sie besitzen mich, sie überfallen mich, sie depersonalisieren mich mehr oder weniger. Ich bin nicht mehr ich selbst und das kann angenehm, unangenehm oder beides gleichzeitig sein (vgl. Grisoni 1990, 7). Entsprechend sind auch Emotionen von vornherein zu denken in ihrer Bezogenheit auf die Welt und in ihrer zwischenleiblichen Qualität. Emotionen und Stimmungen sind dabei keine bloßen, den einzelnen zuzuschreibenden Zustände (die man bei Bedarf über Blutdruck oder Hormonausschüttungen messen kann), sondern eine Art und Weise, sich auf die Dinge zu beziehen, wobei die Anderen von vornherein beteiligt sind.

Entsprechend ist ein Mitempfinden „nicht in sich abgeschlossen, sondern offen und modifizierbar durch das, was vom Anderen durch ‘wechselseitige Einleibung’ am eigenen Leib gespürt wird. Insofern erscheint der Andere im Horizont des Leiberlebens als derjenige, der uns niederdrückt, durchdringt, belastet, herunterzieht, abweist und beängstigt oder trägt, aufrichtet, hält, stützt und erleichtert“ (Haneberg 1995, 23). Das Erleben eines Anderen kann so an der Resonanz des eigenen leiblichen Befindens abgelesen werden. Der finstere Blick und die Schärfe der Stimme eines Gegenüber löst in mir eine unangenehme Anspannung aus, ein liebevoller Blick hingegen eine spürbare Öffnung und Zuwendung. Ähnlich ruft z.B. der starre, schwermütige Ausdruck eines Depressiven spürbare Bedrückung und Enge

hervor. Der Ausdruck eines Gefühls des anderen übersetzt sich in die Resonanz von Eindruck und einer komplementären Gefühlsregung bei mir. Beides zusammen ergibt die zwischenleibliche Resonanz (s.u.). Dabei bleibt es freilich nicht, denn mein Eindruck der Gefühle und der Reaktion des anderen wird nun wieder zum Ausdruck für mein Gegenüber und so fort, in einem Wechselspiel, das in Sekundenbruchteilen abläuft und ständig das leibliche Befinden beider modifiziert - ohne dass Signale und Reaktionen einzeln hervortreten und als solche bewusst werden. Die Art und Weise des aufeinander Reagierens kann daher nicht in den Kategorien „Sender – Empfänger“ beschrieben werden, ursächliche Aktion und Wirkung auf den anderen sind schwer zuzuordnen – Resonanz ist ein in sich verschränkter, mehr oder weniger gleichzeitig verlaufender Prozess. Stattdessen entsteht bei den Interaktionspartnern ein ganzheitlicher Eindruck vom Gegenüber, ein Gefühl für seine „Ausstrahlung“ und für die spezifische Atmosphäre der Begegnung (vgl. Fuchs 2006, 4). In diesen Zusammenhang passen auch Merleau-Pontys Gedanken über leibliche Extremerfahrungen wie die der Folter: "Es ist letzten Endes kein nacktes Bewusstsein, das dem Schmerz widersteht, sondern der Gefangene mit seinen Genossen oder mit denen, die er liebt und unter deren Augen er lebt, oder das Bewusstsein in einer stolz gewollten Einsamkeit, d. h. aber nochmals in einer bestimmten Weise des Mit-Seins" (Merleau-Ponty 1966, 515).

#### **IV.1.3.1 Resonanz, Gefühl und Atmosphäre**

Diese "Weise des Mit-Seins" kann auch als menschliche Resonanz, als eine zwischenleiblich bedingte Regung, als eine Regung des Erlebens bezeichnet werden. Wenn zwei Menschen sich treffen, haben sie, ob sie wollen oder nicht, eine Wirkung, eine „Resonanz“ aufeinander. Der Wortstamm „sonare“ kommt aus dem Lateinischen und bedeutet „klingen“, „schwingen“, „erschallen“. „Re-sonare“ bedeutet entsprechend „hin- und herschwingen“, „mit Schall erfüllen“, „widerhallen“. Auf Menschen bezogen ist Resonanz die besondere Qualität des Kontaktes mindestens zweier Menschen, deren Schwingungen sich beeinflussen. Alltagsprachlich findet sich dieses Phänomen, wenn zwischen Menschen „etwas knistert“, etwas „in der Luft liegt“ oder wenn sie „einen Draht zueinander haben“. Ebenso wenig wie die Wirkungen eines Konzerts oder eines Theaterbesuchs auf die Menschen durch physikalische Messungen zu erfassen sind, ist auch die Resonanz zweier Liebender messbar. Der ursprünglich in der Physik gebräuchliche Begriff wird - bezogen auf Menschen - daher ausschließlich metaphorisch verstanden. In einer zufälligen Begegnung zweier

Menschen, z.B. in einer Kantine, kann Interesse aneinander entstehen, Neugier, Überraschung, Sympathie. Das Körpererleben kann sich von einer eher trägen Abwartehaltung zu größerer Spannung und Wachheit verändern, der Klang der fremden Stimme ruft eine Wirkung hervor und verändert die eigene Stimmung – wobei auch Resonanz entstehen kann, ohne dass Worte gewechselt werden. Insofern ist Resonanz am jeweils eigenen Leib subjektiv spürbar. Äußerlich, von anderen wahrnehmbar sind zunächst Handlungen bzw. Bewegungen, Worte und Körperausdruck<sup>64</sup>, während das innere Resonanzempfinden nur von den einzelnen beschrieben werden kann. Ein einzelner Mensch kann nicht allein in Resonanz sein, er braucht einen anderen Menschen oder ein anderes Lebewesen (Therapie mit Tieren beispielsweise beruht ebenfalls auf dem Resonanzphänomen). Unterschiedlich bei den Menschen sind Bereitschaft und Fähigkeit, Resonanz zu spüren und in verschiedener Weise, d.h. in unterschiedlichen Resonanzmustern aufeinander zu reagieren. Erlebnismuster lassen sich durch „wechselseitige Einleibung“ (vgl. auch Schmitz, 1980 27) übertragen, wobei das Erleben eines Anderen an der Resonanz des eigenen leiblichen Befindens abgelesen werden kann. Resonanz kann daher in unterschiedlichen Qualitäten, positiv wie negativ erlebt werden, kann bei der einen Person stark, bei der anderen schwach sein oder gar entgegengesetzten Widerhall erzeugen.

Beispiele: der tonische Dialog zwischen Mutter und Kind, ein angeregtes Gespräch, eine Musikimprovisation. Resonanz hängt mit der leiblichen Gerichtetheit zusammen, ist präreflexiv. Entsprechend hängt Resonanzfähigkeit und -bereitschaft davon ab, inwieweit bzw. in welcher Qualität lebensgeschichtlich Resonanz erfahren wurde.

Resonanz kann sich auf zwei Ebenen vollziehen. Baer, Frick-Baer (2005) bezeichnen die eher offenkundige Ebene, in der wir mit unseren Schwingungen auf andere Menschen antworten, als „Response-Resonanz“, die andere als Synchron-Resonanz. Auch bei letzterer schwingt etwas gemeinsam, aber es bleibt im Schatten, im Verborgenen, im Geheimen. In der therapeutischen Arbeit mit Paaren ist die Unterscheidung dieser beiden Ebenen von Bedeutung: „Auf der Ebene der Response-Resonanz agieren und reagieren Menschen aufeinander, manchmal gibt es nur noch Streit und Widerwillen, Enttäuscht-Sein und Ablehnung, so dass für beide eigentlich Trennung ansteht. Auf der Ebene der Synchron-Resonanz schwingt aber etwas gemeinsam, das sie nicht voneinander loskommen lässt,

---

<sup>64</sup>Wobei die Schwingungen zwischen zwei Personen anderer durchaus auch bei Dritten Resonanz hervorrufen können – so man empfänglich für Schwingungen ist, bleibt man nicht unbeteiligt, wenn zwischen anderen „etwas abgeht“ .

vielleicht eine gemeinsame Erfahrung, vielleicht gleiche Gefühle, vielleicht tiefe Einsamkeit, vielleicht ähnlich erlebte Atmosphären, die eventuell in der Kindheit ihre Wurzeln haben. Diese Synchron-Resonanz bindet und verbindet. Zwei Menschen wollen auseinandergehen, können sich aber nicht trennen“ (Baer, Frick-Baer 2005, 58).

Gergen nimmt an, dass wir in dem Moment, „wenn wir erkennen, dass kulturelle Regeln bestimmen, wann und wo eine Gefühlsdarstellung stattfinden kann, genau wie sie die Reaktionen der anderen auf diese Darstellung bestimmen und wieder die Reaktion des Darstellenden usw., beginnen können, Gefühlsdarstellungen als einzelne Bewegungen in einem kunstvoll ausgearbeiteten Tanz zu sehen oder einem emotionalen Szenario. ... über 'meine Depression'. 'Johns Ärger', 'Myras Freude' und dergleichen zu sprechen, bedeutet, Handlungen, die einen Teil größerer Szenarien bilden, in individuelle Köpfe zu verlegen. 'Meine Depression' gehört mir nur in dem Sinne, dass ich diese bestimmten Aspekte des emotionalen Szenarios darstelle, in dem noch ein anderer mitwirkt" (Gergen 1996, 270f.). Einerseits ist nun fraglich, ob die Spontaneität von Gefühlen oder von Depression als Teil eines übergreifenden Szenarios wie Rollen "dargestellt" werden können, andererseits kann mit den Methoden der Theaterpädagogik szenisches Arbeiten durchaus im Sinne einer ästhetischen Aneignung von Wirklichkeit genutzt werden. Eigene Erlebnisse werden Gegenstand der Inszenierung: Persönliche Erfahrungen sind das szenische Material, das von der Improvisation bis hin zur bewussten Gestaltung von Rollen und Szenen geführt wird, um eine wahrnehmende und gestaltende Auseinandersetzung des Subjekts mit sich selbst und der es umgebenden Umwelt zu ermöglichen (vgl. Heppekausen, Mägdefrau 2003, 3).

Resonanz im Feld zwischen Akteuren in einem Raum oder einer Situation kann auch als "Atmosphäre" bezeichnet werden. Der Begriff der Atmosphäre (Böhme 1995) erlaubt eine leiblich fühl- und erlebbare, "feingliedrige" Charakterisierung der Situation, in der man sich befindet bzw. die gerade von einem Betrachter beobachtet und erkundet wird. Von Atmosphären gehen Stimmungen aus, die gleichsam räumlich spürbar sind; sie sind als diffuse Schwingungen in Handlungsräumen wirksam. Atmosphären stellen sich her in einer Situation im Feld zwischen den Teilnehmern. Sie können als gemeinsame Wirklichkeit des Wahrzunehmenden, d.h. der im Raum befindlichen Gegebenheiten - und "Mitgegebenheiten" oder "Horizonte", wie Husserl sagen würde - und der Wahrnehmenden, d.h. z.B. des sinnlich-leiblich-spürenden Betrachters verstanden werden. Von Atmosphären gehen Stimmungen aus, die gleichsam räumlich spürbar sind; sie sind als diffuse



Hintergründe von Situationen in Handlungsräumen wirksam. Jeder kennt aus eigener Erfahrung, wie sich z.B. beim Besuch eines Betriebes, der Zusammenkunft einer Arbeitsgruppe, oder auf einer Party aus den unterschiedlichen sinnlichen Eindrücken heraus eine bestimmte Stimmung einstellt - ein meist treffender "Vorgeschmack" auf das, was noch zu erwarten sein wird; man spürt die "dicke Luft", die "düstere Stimmung", das "freundliche Klima", die "menschliche Wärme". Allerdings muss eine derartige Atmosphäre nicht alle ergreifen.

Für Schmitz sind Atmosphären etwas, was *am* eigenen Leibe (als atmosphärisch um ihn herum Seiendes), aber nicht *vom* eigenen Leibe gespürt wird. Schmitz differenziert damit das Gefühl vom Fühlen des Gefühls: das bloße Wahrnehmen des Gefühls als Atmosphäre einerseits und andererseits das affektive Betroffensein als Ergriffenheit vom Gefühl. So kann man durchaus Gefühle wahrnehmen, ohne von ihnen ergriffen zu sein (z.B. Teilnahme an einer uninteressanten Veranstaltung). Erst dann wenn auch das Mitgefühl dem Ergriffenen leiblich spürbar "durch und durch" geht, gerät seine Gebärde so spontan und selbstverständlich wie die des ursprünglichen Gefühls (vgl Schmitz 1986, 99). Gefühle sind "ergreifende Atmosphären", sogar dann, "wenn sie nur einen einzelnen im Gegensatz zur Gestimmtheit seiner Umgebung in ihren Bann ziehen" (Schmitz 1986, 98). Atmosphären sind so eine Form der Einleibung, indem der spürbare eigene Leib von einer übergreifenden leiblichen Atmosphäre erfasst wird oder gar mit ihr verschmilzt. Dazu gehören z.B. alle Phänomene der Faszination, Suggestion, Spannung. Diese Phänomene versuchen auch Managementstrategien wie z.B. betriebliches Emotionsmanagement zur Identifikation und Leistungssteigerung der Mitarbeiter/innen zu nutzen (siehe auch Kap. I.3.6.3).

Entsprechend lassen sich in der Reflexion widersprüchlicher betrieblicher Situationen oder biografischer Entwicklungen die beschriebenen Resonanzphänomene evtl. fruchtbar machen, um zu verstehen, in welcher Weise man aufeinander antwortet, wo man differiert und wo man etwas teilt. Das Verhalten der anderen im leiblichen Befinden mit zu vollziehen und so in einem präreflexiven Sinn zu verstehen, gehört zur Diagnose gegebener Situationen und Befindlichkeiten und ist Voraussetzung möglicher Veränderungen. So sind die intensiven, aber dennoch „irrealen und flüchtigen“ Gefühlszustände in der marktorientierten Arbeitsorganisation aus zwischenleiblicher Perspektive als gemeinsames, aus der Situation erwachsendes, ansteckendes Erleben zu begreifen, das - trotz aller Bestrebungen von Beherrschung und Kontrolle - Dimensionen existentieller Angst/Lust-Gefühle wie auch Kontrollverlust umfassen kann. Diese atmosphärischen Stimmungen sind geeignet, als

komplexe individuelle und kollektive leibliche Wahrnehmungen in Beratungsgespräche, Situationsanalysen, Supervisionen etc. einbezogen und ernst genommen zu werden. Beziehungen, Resonanz, Gefühle und Atmosphären werden erlebt in Situationen. Erkenntnisse zur Bewältigung von Situationen können gewonnen werden, indem einzelne jeweils bedeutsame Faktoren von Situationen expliziert werden (vgl. Schmitz 2005, 67). Die Bedeutsamkeit kann zwar durch die Explikation "nicht ausgeschöpft werden, aber diese hebt aus der Ganzheit einzelne Faktoren heraus, die durch intelligente Vernetzung zu Konstellationen verknüpft werden können, um die unerschöpfliche Situation näherungsweise zu rekonstruieren und von den wesentlichen Zügen her in den Griff zu nehmen" (Schmitz 2005, 9). Daher soll im folgenden die Situation als "Grundform menschlicher Situationsbewältigung" (ebenda) skizziert werden.

#### **IV.1.3.2 Leibliches Handeln in Situationen**

Das Wort Situation geht zurück auf das lateinische "situs". Es wird für eine Lage im Raum verwendet, die man auch Dingen zu spricht. Um eine weitergehende Bestimmung zu entwickeln, greift Waldenfels zurück auf alte Handlungslehren (z.B. Aristoteles). Diese kennen zwar keinen analogen Begriff für "Situation", wohl aber einen Begriff, der dafür steht, "worin die Handlung stattfindet" (Waldenfels 2000, 115). Daraus wird später das Wort "circum-stantiae", Um-stände, die das Handeln umstehen. Dabei kann zwischen Positionsräumlichkeit, die auf Stellen im Raum verweist, und Situationsräumlichkeit, die mit einer Situation zusammen zu denken ist, unterschieden werden (vgl. Waldenfels 2000, 115). In der Positionsräumlichkeit ist der orientierte Raum auf einen Punkt ausgerichtet, auf ein "Hier", von wo aus sich die bekannten Dimensionen "oben", "unten", "vorne", "hinten" etc. entfalten.

Die Situation ist das Gefüge, innerhalb dessen ich leiblich wahrnehme und handle: sie "ist nicht wie ein objektives Feld, in dem ich mich bewege und in dem ich eben situiert wäre als einmal diese, einmal jene Position einnehmend. Vielmehr ist die Situation um mich herum und in mir konzentriert, ich bin ihr Fixpunkt" (Brand 1971, 404). In einer Situation ist ein Mensch immer Mensch in einem Kontext. Nach Leithäuser zielt dabei der Situationsbegriff "auf die Binnenperspektive, auf die besondere Qualität des Erlebnisses und der Erfahrung, zu der ein Subjekt - sei es ein Individuum, sei es eine Gruppe - seine Umwelt macht. In diesem Erfahrungshorizont werden die Dinge wahrgenommen, behandelt oder auch ausgeklammert, unterdrückt, verdrängt und leben im Verborgenen" (Leithäuser 1983, 123).

Schmitz spricht von einer Situation, "wenn allerlei (von beliebiger Art) ganzheitlich (d.h. in sich zusammenhängend und nach außen abgehoben) zusammengehalten wird durch eine im Innern diffuse, d.h. nicht in lauter Einzelnes durchgegliederte Bedeutsamkeit aus Sachverhalten, Programmen und Problemen" (2005, 51).

Das ‚Hier‘ tritt auf als der Ort, von dem aus eine Person ihr leibliches "Hier-Sein" entwirft. Der Raum ist nun zwar auf einen privilegierten Punkt, eben denjenigen des "Hier"-Seienden ausgerichtet, gleichzeitig markiert aber das "von hier" eine Bewegung, die an anderer Stelle beginnt: die Räumlichkeit wird vom "Zuhandenen" (Heidegger), von dem, womit wir uns betätigend befassen, aufgebaut. "Hier bin ich also in dem Sinne, dass hier etwas für mich zu tun ist, ich bewege mich auf etwas hin" (Waldenfels 2000, 117). Die gesamte Situation bestimmt sich angesichts bestimmter Aufgaben. "Sie eröffnet ein bestimmtes Raumfeld, in dem dieses oder jenes nahe liegt, anderes ferner liegt, wieder anderes durch Hindernisse verstellt oder von den Grenzen des Raumfeldes ausgeschlossen ist" (Waldenfels 2000, 117). Mein Handeln hängt auch ab von der Art und Weise, wie mir Dinge und Menschen begegnen. Das Handeln beginnt mit der Aufforderung der Dinge; es beginnt außerhalb meiner selbst. Die Beschaffenheit der situativen Umwelt hat einen beträchtlichen Einfluss darauf, welche Gesten, Klänge, Blicke demjenigen entlockt werden, der sich in ihr aufhält (vgl. Rumpf 1996, 446). So haben z.B. auch betriebliche Bedingungen einen Aufforderungscharakter, erzeugen einen Appell oft allein durch die Anordnung der Gegebenheiten. Eine Situation legt mir Handlungsmöglichkeiten nahe, ohne dass sie eine bestimmte Handlung diktiert oder erzwingt. Darin besteht die Offenheit der Handlungssituation (vgl. Merleau-Ponty 1966, 502).

Die jeweils sich herauskristallisierende Struktur kann beschrieben werden als die sich bildende Abstimmung von leiblichem Verhalten und der dieses Verhalten einbettenden Situation. "Wechselseitige Einleibung ist die Urform der Du-Evidenz. ... In antagonistischer wechselseitiger Einleibung bilden sich sofort aktuelle und zuständige gemeinsame Situationen, mindestens aus zwei Gründen: erstens, weil der Antagonismus von Spannung und Schwellung im gemeinsamen vitalen Antrieb unvermeidlich (...) ein Ringen um Dominanz mit sich bringt, das sich in Facetten binnendiffuser Bedeutsamkeit entfaltet; zweitens, weil die aktuelle Situation von vornherein mit hintergründigen, zuständigen Situationen beladen ist, die zu einer reichen oft undurchsichtig von Reibungen und Konkurrenz durchzogener Bedeutsamkeit der aktuellen Situation führen. (Schmitz 2005, 31ff.). Weder das eine noch das andere bestimmt diese Struktur, sie ist eine Einheit, in der

Leib und Situation aufgenommen sind und durch die beide erst eine konkrete Form erhalten. Die beidseitige Abstimmung ist keine mechanische oder biologisch determinierte, sondern der Leib beantwortet für ihn sinnvolle Fragen, die ihm durch die Situation als Ganzes jeweils gestellt werden. Entsprechend sind auch die Antworten, die der Leib gibt, nicht zu verstehen als a priori festgelegte Reaktionen. In diesem Zusammenspiel wechselseitigen Fragens und Antwortens, in dem keiner das letzte Wort hat, entsteht Sinn. Der aus dem „außen“ und „innen“ komponierte gemeinsame Sinnzusammenhang einer Situation realisiert sich im Verhalten der Beteiligten. Er umfasst sie, er ist nicht intellektuell erlebt oder gar innerlich entworfen, sondern spontan gelebt (vgl. Coenen 1985, 180).

Handeln als „ein Ineinandergreifen von eigenem und fremden Tun“ wird nicht verstanden als Interaktion, die als „Verkoppelung individueller Apparate“ bewusst koordiniert würde, sondern als „Handeln in einer Zwischensphäre, in der ich nicht eindeutig entscheiden kann, was auf Konto meiner Handlung und was auf Konto einer fremden Handlung geht.

Entscheidend ist, dass das Zwischen sich differenziert und nicht aus Einzelleistungen zusammensetzt“ (Waldenfels 2000, 288).

Ein derartiges Ineinander-Übergehen und Aufeinander-Eingehen von Handlungen geschieht auch in Spielen, in die man involviert ist. Nicht umsonst weist auch Mead dem Spiel in seinen verschiedenen Formen eine zentrale Rolle zu. Zusammenspiel weist immer über sich selbst, den Augenblick und die direkt Beteiligten hinaus, und zwar in Richtung auf eine vorstrukturierte wie auch neu zu strukturierende Welt. Dementsprechend findet leibliches Verhalten in räumlich-zeitlichen Strukturen statt, an deren Konstitution der Mensch selbst mitbeteiligt ist. D.h. jedoch nicht, dass Strukturen, einmal konstituiert, auch weiter für alle Zeit gegeben sind, sondern jede Struktur ist ein Moment in einem unabgeschlossenen dynamischen Spiel, in dem jede Antwort eine neue Frage aufwirft. Menschliche Verhaltensstrukturen sind prinzipiell offen – die sich konstituierenden Strukturen bilden immer nur den Ansatz zu einer neuen Struktur, die sich ihrerseits als aktuelle Antwort auf eine aktuelle Situation konstituiert.

#### **IV.1.4 Leib und Zeit**

In Kapitel I.2 wurde gezeigt, dass die flexible Lebensweise einen besonderen Umgang mit Zeit notwendig macht: Aufwändige Koordinationstätigkeiten zwischen Arbeit, Familie, Freizeit werden nötig, Zeit und das Einsparen von Zeit dient als Maßstab. Die Individuen werden dazu gezwungen, Zeithorizonte und –perspektiven permanent synchron und diachron flexibel und variabel zu halten. „Sachzwänge determinieren die nächste Zukunft, radikale Unsicherheit über die daraus hinausliegende Zeit machen es sinnlos, allzu viel darüber nachzudenken“ (Mittendorfer 1998, 233). Wie in der Beschreibung des postmodernen Menschen gezeigt wurde (siehe Kapitel II.3), sind experimentelles Leben, Patchwork-Identitäten, ständige Aufbrüche, Risikobereitschaft etc. verbreitete Merkmale heutiger Biografien. Das neoliberale Subjekt braucht eine Persönlichkeitsstruktur, die ohne feste Ordnung auskommen und im Chaos aufblühen kann, die auf vielen Spielfeldern spielen und sich vom Vergangenen lösen kann. Obwohl die Zeit-Reflexivität steigt, lässt die "Staccato-Erfahrung" von Zeit kaum noch Zusammenhänge erkennen (vgl. Kirsch 1995, 174). Mit flexiblen Patchworkbiographien schwinden die Voraussetzung für Erzählungen und es geht "nicht nur die Fähigkeit verloren, kleine Ereignisketten durch Erzählung in gelebte Zeit zu formen, sondern es wird auch immer schwieriger, seinen Lebenslauf in einem Sinnganzen erzählend zu entdecken“ (Mittendorfer 1998, 237).

Wenn nun mit Begriffspaaren wie "Tradition und Fortschritt", "Alt und Neu", "Vergangenheit und Zukunft" eine Bewertung im Sinne "besser-schlechter" verbunden wird, wird der menschliche Doppelblick, aus der einen Zeit zu kommen und in eine andere zu gehen, auseinander gerissen in zwei unvereinbare Perspektiven. Die mit der Funktionsweise marktdominierten Wirtschaftens einhergehenden Prämissen eines flexiblen Wandels, sich fortlaufend von der Vergangenheit zu lösen und das Vorausgehende entschieden und unwiderruflich zu verändern, erschweren so das Verständnis einer gelebten Zeit.

##### **IV.1.4.1 Punktualisierung von Zeit**

Nehmen "Gewissheiten und Planungssicherheiten" ab, erscheint die eigene Verortung in der Zeit tendenziell punktuell, indem sie sich isoliert vom vorher und nachher sieht (vgl. Rosa 1998, 242). War die lineare Zeit noch geprägt durch das Paradigma von Sequenz/Aufeinanderfolge, liegt nun ein Trend zur punktuellen Zeitbestimmung vor. In dem

Maße, in dem die Erfahrung von Dauer schwieriger wird, ähnelt unser Leben immer mehr einer "Bewegung ohne Mittelpunkt" (Geissler 1993, 182). Dieses Zeitverständnis findet seine Entsprechung in einer Identität, die auf Kontinuität mit der Vergangenheit und auf Zukunftsentwürfe keinen Wert zu legen braucht.

Diese Gegenwartsorientierung lässt beim postmodernen Charakter (siehe Kap.II.3.3) nur eine Präsenz zu, die in einer Unmittelbarkeit als Ewigkeit lebt und damit jede Perspektive außer Kraft setzt - eine Grundstimmung, die auf der Hafenmauer im südkretischen Matala plakativ zum Ausdruck gebracht wird: "*Today is life. Tomorrow never comes*". In völliger Leugnung eines wirklichen Zeitablaufs wird aus "*today*" "*everyday*". Gedanklich baut "*Tomorrow never comes*" auf folgendem Schluss: Wenn morgen kommt, dann wird es heute sein. Folglich ist das Morgen unmöglich. Der Grundirrtum besteht darin, dass in dieser Betrachtung "*ein Heute*" in "*das Heute*" aufgelöst wird. Es wird verschwiegen, dass jedes "*today*" "*another day*" ist. Menschen werden degradiert zu Passagieren des jeweiligen Zeitpunkts (vgl. Schandl 2007, 5f.).

Eine Entsprechung findet ein derartiges Zeitverständnis in digitalisierten Medien: Sie vermögen einen Zeitpunkt aus ihrem Kontext von Zeit und Raum herauszulösen. Zeit erscheint in allen Medien zwar als fließend, in Wirklichkeit ist sie es aber nicht. Zeit wird reversibel. Man kann zu einem Zeitpunkt, der als Flächenpunkt auf dem Schirm erscheint, jederzeit zurückkehren. Zeitpunkte werden austauschbar. Die Gegenwart dehnt sich aus und geht auf Kosten der übrigen Zeit. Die über die Medien vermittelte Gleichzeitigkeit, die Punktualisierung wie auch gedehnte Gegenwart und Teilbarkeit von Zeit bestimmen unsere Wahrnehmung und Körperlichkeit. Sie verweisen uns auf den Unterschied zur eigenen Erfahrung, auf die potentielle Widerständigkeit unserer Leiblichkeit, die uns an einen bestimmten Ort, an die Schwerkraft, an die Notwendigkeit zu atmen, an körperliche Bedürfnisse etc. bindet (vgl. Westphal 2005, 12).

Um vorsorglich und nachhaltig Zukunft zu gestalten, kommt es mit Geissler/Adam darauf an, nicht nur die Technowelt und ihre Zeitmuster zu beherrschen, sondern auch Anschluss an unsere Leiblichkeit (wieder-) zu finden (Geissler/Adam, 1998, 28). Im folgenden Kapitel soll der Frage nachgegangen werden, ob mit einem leibphänomenologischen Zeitverständnis eine emanzipatorische Zeitpraxis skizziert werden kann, die in der Lage ist, sich konstruktiv und praktisch mit der beobachteten "Gegenwartsschrumpfung" (Rosa 1999, 410) bzw. der Beschleunigungspraxis der kapitalistischen Moderne auseinander zu setzen und praktische Bewältigungsmöglichkeiten anzubieten.

#### IV.1.4.2 Leibliches Hier-und-Jetzt

Ein therapeutischen und phänomenologisch orientiertes "Hier-und-Jetzt"-Verständnis unterscheidet sich nun grundsätzlich vom Verständnis eines Lebens im funktionalen Präsens der flexiblen Arbeitswelt:

Wenn Sinn an die Sinne, bewusstes Erleben an "sinnhafte Erlebnisverarbeitung" gebunden ist, so ist Sinn zunächst immer ein gegenwärtiger, denn alles Erleben, Geschehen und Handeln ist gegenwartsgebunden. Gleichzeitig ist der gegenwärtige Sinn aber immer auch durchdrungen von Vergangenen und Zukünftigen, das auf die eine oder andere Art im "Hier-und-Jetzt" ins Bewusstsein rücken kann

Aus leibphänomenologischer Perspektive steht jedes Hier im Kontext umliegender Hiers. Jedes Hier hat notwendigerweise ein Jetzt. Und jedes Jetzt steht in einem Kontinuum vergangener und kommender Jetztte. Hier-und-Jetzt ist zu verstehen als erlebtes Kontinuum, nicht als kleinste noch wahrnehmbare Zeiteinheit. Raumerleben und Zeiterleben ist leibgebunden (vgl. Petzold 1981, 281).

Im leiblichen Verhalten entfaltet sich die Einheit der Zeit - allerdings nicht als Resultat eines aktiven, vom bewussten Ich vollzogenen Synthese: "Vielmehr konstituiert sie sich als eine passive Synthese: Das Zerfließen aller Gegenwart, die Gegenwärtigkeit von Zukunft und Vergangenheit, ihr Ineinanderübergehen, das alles ist uns unmittelbar gegeben. Wir haben die Zeit nicht *vor* uns, sondern wir leben *in* ihr; unser Leben *ist* dieses Strömen. ... Die Achse des Er-lebens der Zeit, oder des zeitlichen Lebens, ist die Gegenwart: Sie ist das Feld, in dem sich unser Leben als aktuelles Verhalten stets abspielt. Als solches ist sie kein punktueller Moment, sondern ein breiter Raum, der die Horizonte von Vergangenheit und Zukunft mit einschließt" (Coenen 1985, 162).

In jedem Moment unseres Lebens sind wir so in die ganze Bandbreite menschlicher Beziehungen, Produktivitäten und Abstraktionen einbezogen. Subjektive Zeit ist eine überschrittene, die sich als Dauer zeigt - Dauer im Sinne der Bewegung des Ineinander und Auseinander der Zeiten im Zusammenhang der Begegnung mit Menschen (Stinkes 2001, 51).

Gelebte Zeit ist insofern keine lineare Folge von Jetzt-Punkten, bei der sich ein Jetzt nach dem anderen ablöst. Sie ist auch keine Leistung des Subjekts als synthetischer Akt, Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft aufeinander zu beziehen. Gelebte Zeit liegt weder in den Dingen noch befindet sie sich in den Bewusstseinszuständen, sondern besteht in sich

ablösenden Augenblicken, die sich aufeinander beziehen und welche ein Ineinander darstellen. Dabei hat das "Beziehen" nichts mit Erinnerung zu tun, weil das Erinnern eine Neuartikulation des Vergangenen ist. Es hat vielmehr zu tun mit einem Verständnis von gelebter Zeit als einer Erfahrung des Vergehens, des Übergangs (vgl. Stinkes 2001, 36). Gleichzeitig basiert das Gegenwärtige wie z.B. die Arbeit in all ihren Momenten auf der im Vergangenen schon erbrachten Leistung. In der Spur vergangener Arbeit beispielsweise weist der Zusammenhang des Selbst zurück auf jenes Schaffen, was in einstmals erbrachter Arbeit gegenwärtig war, was in Blei- und Silbergruben, auf Werften, im Kanal- und Brückenbau, in Hammerwerken, in Schmelzöfen, in Manufakturen, auf Feldern, in Ateliers, Behandlungen und Gesprächsräumen etc. geleistet und gegeben wurde, "einstmalige Lebendigkeit, ein- und abgelagert im Massiv gegenwärtiger Wirklichkeit, sedimentiert in deren Fundament und Gefüge" (Müller 2000, 61).

Im "Hier-und-Jetzt-Prinzip" verschiedener therapeutischer und philosophischer Schulen werden Wege gesucht, wie auf den Augenblick, auf den aktuellen Moment, auf das "was ist", im Sinne von Heilung, Selbstwahrnehmung, Selbstvergewisserung oder Selbstveränderung fokussiert werden kann. Daher bietet es sich an, Konzepte des "Hier-und-Jetzt" auf ihren Nutzen für eine Veränderung von Zeiterleben und Selbstverständnis im Hinblick auf die Erfahrung von Zeit und für die Interventionspraxis unter flexibilisierten Bedingungen zu prüfen.

So ist für Moreno Geschichte nur relevant, soweit sie in einem gegebenen Moment präsent ist. Er entwickelt Techniken, die Vergangenheit und Zukunft zu explorieren, indem er das memorierte oder antizipierte Geschehen im psychodramatischen Spiel 'gegenwärtig setzt', in das Hier-und-Jetzt des Erlebens und Handelns bringt. Erst wenn Vergangenes und Zukünftiges im Hier und Jetzt konkretisiert werden, erst wenn sie als Aktualität in den therapeutischen Prozess einbezogen werden und dort für den Klienten und Therapeuten an Wichtigkeit gewinnen, ist Veränderung möglich. "Das im Spiel realisierte neu geschaffene Vergangene, die konkretisierte Antizipation von Zukünftigem, hier, jetzt, gewinnt im Erleben des Protagonisten und der Gruppe eine solche Intensität, dass es greifbar und wirklich wird, im Sinne einer die Alltagsrealität überschreitenden Wirklichkeitsebene (vgl. ebenda, 262).

In der psychodramatischen Gruppenarbeit, ob therapeutisch oder pädagogisch ausgerichtet, zählt nur das Geschehen hier und jetzt. "Ort wie Augenblick ist original, es fallen die wahre Zeit und der wahre Raum zusammen" (Moreno 1924, 75, zit. in ebenda, 257). Die



Rekonstruktion (wie in der Psychoanalyse) weicht der Kreation. Leben und Handeln als spontanes Geschehen können sich nach Moreno nur "von Augenblick zu Augenblick" vollziehen. Handeln in der Vergangenheit und in der Zukunft ist nicht möglich, sondern nur Handeln in der Gegenwart, und zwar nicht in der Gegenwart als Zeitmodus, sondern als erlebte Zeit" (ebenda). Moreno begreift so den Moment "nicht als Teil der Geschichte, sondern die Geschichte als Teil des Augenblicks" (1957, 21, zit. in ebenda, 260), d.h. die subjektive (Be)-Deutung von Geschichte hängt vom Augenblick ab, Vergangenheit und Zukunft ist zweitrangig.

Dem Augenblick im Hinblick auf die Veränderung der eigenen Persönlichkeit kommt Iljine, dem Begründer des therapeutischen Theaters, dem Konzept der gelebten Zeit am nächsten. Herzstück seiner Theorie ist "Kairos", "die überwältigende Erfahrung des rechten Augenblicks am rechten Ort, die die Seele berührt und verändert" (Iljine 1910, 12, zit. in ebenda, 263). Allerdings ist im Unterschied zum phänomenologischen Verständnis alle Vergangenheit in der Gegenwart nur anwesend, soweit sie gegenwärtig erlebt, gegenwärtig gesetzt ist. Entsprechend ist auch alle Zukunft in der Gegenwart anwesend, soweit die erahnten oder geplanten Möglichkeiten in gegenwärtiges Spiel geholt werden. Auf diese Weise ist keine Gegenwart ohne Vergangenheit und Zukunft, sie sind ineinander, füreinander transparent (vgl. ebenda). "Jedes Hier und Jetzt hat eine Vergangenheit und eine Zukunft. Beide repräsentieren sich im Erleben des Menschen als eine konkrete, ihm ganz persönliche Qualität, als seine Vergangenheit und seine Zukunft, zu der er ein 'Verhältnis' hat, Gefühle, Gedanken, Einstellungen" (Iljine 1942, 34, zit. in ebenda, 264). Nur im Kairos persönlicher - und in der Partizipation der anderen in einer Gruppe - Höhepunktserfahrungen wird die Zeit transparent, wird sie im Erleben transfiguriert (*transfigurer le temps*) und damit konstitutiv für Verwandlung der Persönlichkeit, "weil Persönlichkeit die im Herzen und Gemüt eingegrabene Geschichte ist, die leibhaftig gelebte Lebenszeit im Sinne des Wortes von Gabriel Marcel: 'Dein Leib ist Deine Geschichte'. Deshalb ist die Transfiguration der Zeit Verwandlung der bestimmenden Gültigkeit von Geschichte. Es wird das Gedächtnis verwandelt, nicht im Sinne einer Löschung, sondern im Sinne der Freisetzung der anderen Möglichkeiten, die in jeder Situation virtuell präsent sind, im Hier-und-Jetzt des Spiels als Neue Formen auftauchen und Geschichte, Gegenwart und Zukunft reicher machen" (Iljine 1965, 17, zit. in ebenda, 265).

Die Beispiele zeigen, dass es in den "Hier-und-Jetzt"-Konzepten nicht um den physiologischen Moment geht, sondern um "ein komplexes Erfassen der Zeit und ein ebenso differenziertes Umgehen mit dem Zeitbegriff, das Zeiterleben. Zeiterfahrung, Zeitgedächtnis,

Zeitwahrnehmung, Zeitbewusstsein, Zeitvorstellung, Zeitschätzung, Zeitbewertung" (Petzold 1981, 276).

#### **IV.1.4.3 Leibliche Zeiterfahrung**

Kant ist die Einsicht zu verdanken, die "Zeit" habe transzendente Idealität und komme daher nicht den Dingen an sich zu. Damit bestritt er die Existenz von Zeit außerhalb des menschlichen Individuums. Andererseits hielt er die Zeit für eine apriori (transzendental) gegebene Form der inneren Anschauung, d.h. salopp ausgedrückt, in jedem Menschen tickt eine Uhr, noch bevor er überhaupt zur Anschauung fähig ist (vgl. Valdivia 1997, 3 ).

In Teilen hat die sozialhistorische Forschung inzwischen die einst fraglos akzeptierte Annahme, beim "Zeitempfinden" handle es sich um etwas Invariantes, dem Menschen Angeborenes, weitgehend revidiert. So vertritt der Naturwissenschaftler und Philosoph Gerald James Whitrow die These, "Zeit" sei eine zu erlernende Wahrnehmungsweise: "Obschon die Zeit eine grundlegende menschliche Erfahrung ist, gibt es doch keinen Anhaltspunkt dafür, dass wir einen besonderen Zeitsinn besitzen, so wie wir beispielsweise über einen besonderen Sinn für das Sehen, Hören, Schmecken, Riechen und Tasten verfügen" (Whitrow 1991, 20f.).

Anders als bei Kant ist für Whitrow das "Zeitempfinden" nicht der sinnlichen Erfahrung vorausgesetzt, vielmehr entspringt es erst aus der Reflexion über sie. Die Art der Reflexion hängt dabei wiederum von der besonderen Form der jeweiligen gesellschaftlichen Organisation ab (vgl. ebenda, 21). Damit ist selbstverständlich nicht negiert, dass auch natürliche Momente die Herausbildung eines "Zeitbewusstseins" mit begünstigen. Die Grundlage für das "Zeitempfinden" bildet ein "gewisses Bewusstsein von Dauer" (Whitrow), das wiederum entscheidend von der Aufmerksamkeit und vom Interesse an dem abhängt, womit man gerade befasst ist.

Dauer wird dann erlebt, "wenn die gegenwärtige Situation zu vergangenen Erfahrungen oder künftigen Erwartungen und Wünschen in Beziehungen gesetzt wird. (...) Unsere Fähigkeit, Erwartungen zu haben, entwickelt sich jedoch, bevor wir ein Bewusstsein von Gedächtnis haben" (Whitrow 1991, 20). Will ein Kind etwas greifen, das es nicht erreichen kann, macht es die Erfahrung, dass es dauert, bis die räumliche Distanz überwunden werden kann. "Die erste intuitive Vorstellung von Dauer scheint also räumlicher Natur zu sein: sie wird als der Abstand empfunden, der zwischen dem Kind und der Erfüllung seiner Wünsche steht" (Whitrow 1991). Die weitere Ausbildung des "Zeitempfindens" beim Kind hängt von

Einübungstechniken und von der Sprache ab, die Sprache wiederum vom erlernten Grad der Abstraktionsfähigkeit einer menschlichen Gesellschaft und diese von den besonderen Bedingungen, unter denen Erfahrungen und Handlungen reflektiert und synthetisiert werden können.

Die Notwendigkeit, mit bewusstem Zeitmanagement Arbeit und Leben zeitlich "durchzuorganisieren", verringert die Zeiten, in denen Dauer als Fluss der Zeit erfahrbar wird. Immer größere Zeiteinheiten geraten in den Sog der "industriellen" Zeit - zu Lasten der Eigenzeit. Verzeitlichung geht einher mit Beschleunigungserfahrung, d.h. mit dem Gefühl, dass schneller besser ist und damit Ruhe und Muße als schlecht genutzte Zeit erscheinen. Eigenzeiten und Eigenrhythmen werden nicht mehr wahrgenommen. Positiv gewendet eröffnet Verzeitlichung die Chance, "Zeitmanagement" selbstbestimmt zu lernen: Situationen der Ruhe bewusst herzustellen und eine individuelle Psychohygiene im Umgang mit der Zeit herzustellen (vgl. Seewald 2007, 94).

Coenen analysiert die Zeiterfahrung als leibliche wie folgt:

1. Das leibliche Verhalten als Zur-Welt-Sein ist primär ein Leben in der Gegenwart, im Hier-und-Jetzt. Es ist ein direkter Kontakt mit der Wirklichkeit, der sich in den aktuell ausgeführten Bewegungen des Leibes herstellt. Wie sehr auch getragen von einem Untergrund sozialer und biologischer Allgemeinheit, ist jede Empfindung doch ein einzigartiges Geschehen, das stets die Anpassung meines Leibes an die konkrete Situation erfordert. Beispiel: Beim Tasten sucht die Hand im Raum den Weg und fügt sich der spezifischen Form des jeweiligen Objekts. Es liegt in und an dieser aktuellen Wahrnehmungsbewegung selbst, dass sich der Sinn des Gegebenen mitteilt. Meine Bewegungen und Handlungen sind ein Geschehen, das sich stets in der Gegenwart entwickelt. Ihr Sinn und ihr Ziel sind nicht von vornherein gegeben, sondern erwachsen aus ihrer Aktualität. Mein Verhalten trägt in jedem Augenblick den Charakter eines Erzeugens.
2. Diese durch den Leib gelebte Gegenwart ist kein in sich geschlossener Jetztpunkt, sondern ein breites Feld, das nach allen Seiten hin offen ist: die Gegenwart schließt die Anwesenheit von Zukünftigem und Verganem mit ein. In jedem aktuellen Verhalten ist also die Vergangenheit mit anwesend, und zwar nicht als verfremdete Abstraktion, sondern in der Eigenheit des damals Erlebten. Diese Anwesenheit wird in der Regel nicht herbeigeführt, sondern ist in der Gegenwart impliziert, als Vertrautheit, mit der der Leib sich in seiner Umgebung bewegt. Auf diese Weise im Leib gespeichert, bleibt dem Subjekt in jedem Augenblick seine vormalige Erfahrung in Gestalt eines Horizonts gegenwärtig und verleiht

dem seinerzeit Wahrgenommenen unmittelbar eine gegenwärtige Atmosphäre und Bedeutung.

3. Dass und wie die Vergangenheit auf die Gegenwart einwirkt, ist nicht gleich bleibend und vorherbestimmt, sondern hängt von der Gegenwart ab. "Wie die Gegenwart nicht ohne Vergangenheit besteht, so besteht diese letztere nicht ohne die erstere; beide sind in einem dialektischen Verhältnis miteinander verbunden. Innerhalb dieser Dialektik konstituiert sich die Vergangenheit *als* Vergangenheit stets in der Gegenwart; diese ist eine bestimmte Übernahme von früher Erlebtem (vgl. Coenen 1985, 219f).

Der große französische Philosoph Sartre weist darauf hin, dass kein Mensch seiner Vergangenheit entrinnen kann. Das, was gewesen ist, ist unabänderlich, aber die Perspektive, unter der ich das Vergangene sehe, ist "streng abhängig von meinem gegenwärtigen Entwurf." Ich habe zu meiner Vergangenheit zu stehen, aber ihren Sinn, den sie mir gibt, wähle ich selbst, und zwar, "indem ich mich auf meine Ziele hin entwerfe, rette ich die Vergangenheit in mir" (Sartre 1943/1993, 856ff.).

Leiblichkeit bedeutet somit Geschichtlichkeit, Zeitlichkeit. Es ist die den Menschen kennzeichnende Bewusstheit der eigenen Endlichkeit und des eigenen Anfangs, die den Menschen in die Zeit stellt. Es ist die Erfahrung von Wachstum und Verfall am eigenen Leib, die den Leib zum Ort der Zeit macht, mit jedem Atemzug und jedem Herzschlag.. "Einen Leib kann ich nicht wahrnehmen, ohne auch seine Geschichte wahrzunehmen, mit zu erfahren, mit zu erleiden: zu verstehen. Insofern genügt es nicht zu sagen, dass ich mein Leib bin. Ich bin als mein Leib immer auch meine Vergangenheit ja meine Zukunft" (Marcel 1978, 63).

Wird gelebte Zeit als Feld begriffen, das seine intentionalen Fäden in Vergangenheit und Zukunft erstreckt, wird ein Selbstverständnis von Subjekten, das sich selbst in der Gegenwart zu setzen wähnt, fraglich. Denn im leibphänomenologischen Verständnis setzt der Mensch seine Gegenwart nicht, sondern "er bewohnt sie, indem er sich auf Dinge, auf andere Menschen, auf Aufgaben einlässt. Aus diesem Grund sind uns Vergangenheit und Zukunft nicht explizit gegeben, sondern erscheinen vielmehr als Stil, der in der Gegenwart wirkt und nach der sich Zukunft richtet" (Stinkes 2001, 37).

Gelebte Zeit ist so "eine Zukunft, die zur Vergangenheit wird, indem sie zur Gegenwart kommt" (Merleau-Ponty, 1966, 476). Am Beispiel des Alterns sei dieser Satz verdeutlicht: "Im Spiegel betrachtet zeichnen meine Falten eine Zukunft vor, die meine Gegenwart und

bereits Vergangenheit ist. Schau ich in den Spiegel, so schau ich gleichzeitig in meine Zukunft als auch in meine Vergangenheit" (Stinkes 2001, 38).

Um der von den marktorientierten Arbeitsformen nahegelegten "punktuellen Identität" entgegenzuwirken, ist es notwendig, ein qualitatives Zeitgefühl zu entwickeln - sowohl für Eigenzeiten und Eigenrhythmen, für die Schönheit des Moments, als auch für die Ergriffenheit durch das Vergangene und für das Offene, Spannende und Unbekannte der Zukunft. Wichtig ist, hierbei auch sein je eigenes Zeitmaß zu finden. Gerade darin, sich der Zeitkonformität, der gesellschaftlichen Beschleunigung entgegenzustellen, zeigt sich eine Individualität, die diesen Namen verdient (vgl. Hien 2002, 213f.).

Notwendig wäre in diesem Sinne auch eine Politik der Entschleunigung, eine "Zeitpolitik, die es den Menschen erlaubt und sie sogar dafür belohnt, dass sie die Eigenzeiten von Körper und Psyche, der sozialen und kulturellen Mitwelt und der natürlichen Umwelt respektieren" (Reheis 2003, 286).

Im Unterschied zum Prozess der Gegenwartsschrumpfung kommt es darauf an, in der Realität der Beschleunigung Bedingungen zu schaffen, Zeit und Raum zu finden, sich zu spüren, sich zu erinnern, zu vergewissern, zu verständigen, und Zukunft zu entwerfen. Um "Hier-und-Jetzt" als Gegenwartsraum zu erleben, der die Qualität von Eigenzeit erfahrbar macht und der Vergangenheit und Zukunft aufscheinen lässt bedarf es praktischer Konzepte im Sinne von Muße, Entschleunigung, Loslassen, Achtsamkeit. Nur die Kompetenz einer solchen „Zeitneutralität“ bzw. „Zeitelastizität“ kann gewährleisten, dass Individuen angesichts einer angemuteten Flexibilität im Sinne der Selbstökonomisierung andere Wertmaßstäbe und einen menschlich angemessenen Flexibilitätsbegriff entwickeln und leben.

Mit der Beschreibung der leiblichen Dimensionen eines Subjekts in Beziehung zur Welt, zu anderen und zu seiner zeitlichen Einbindung ist gleichzeitig die Frage nach der eigenen Verortung in den aktuellen Verhältnissen, die Frage nach der leiblichen Identität aufgeworfen.

#### **IV.1.5 Leibsubjekt und Identität**

Mit Bolay/Trieb gehe ich davon aus, dass Identität weder in der äußeren noch in der inneren Natur begründet sein kann, sondern einer spezifischen Form sozialer Praxis entstammen muss (Bolay/Trieb 1988, 12). Sie kann insofern auch nicht als eigenständige Interpretationsinstanz getrennt werden von Verhalten und Gesellschaft. Auch die phänomenologische Sicht stützt diese Erkenntnis. Ihr folgend ist unser Leben von vornherein in der Welt verwurzelt und wir sind von vornherein auf die Welt bezogen. Leibliche Erfahrung ist allem gewollten und reflektierten Handeln schon vorgegeben. Der gemeinsame Weltbezug ist demnach die Basis der Sozialität. Der leibliche Mensch ist bereits seiner Natur nach ein gesellschaftliches Wesen. Das leibliche Verhalten findet in Strukturen statt, an deren Konstitution es selbst mitbeteiligt ist.

##### **IV.1.5.1 Das Leibsubjekt in seinen lebensweltlichen Bezügen**

Leibliche Identität, d.h. eine einheitliche, integrierte und abgegrenzte Struktur des Leiberlebens besteht nicht von Anfang an, sondern wird erst während der Entwicklung im Dialog mit anderen gebildet. „Das leibliche Individuum ist phänomenal - besonders am Beginn seiner Entwicklung - nur eine vage Skizze unendlich vieler Möglichkeiten leiblicher Beziehungen und Begegnungen, die jedoch als gelebte Begegnungen Spuren hinterlassen und das ‘Leib-Selbst’ zu einer geschichtlichen Gestalt modellieren. Dabei werden die signifikanten Anderen als meinem Leben formgebende Eindrücke einverleibt. Denn es gehört zum Wesen des Leibes, dass die leiblichen Begegnungen mit Anderen nicht nur kurzfristig, sondern manchmal über das ganze Leben hinweg leiblich spürbar bleiben, und gewisse Andere im leiblichen Befinden - z.B. durch die Schmerzen, die sie einem bereitet haben - ständig oder immer gegenwärtig sind“ (Haneberg 1995, 59f.). Nach Sartre wird der Leib erst durch Berührung geschaffen.

Erst in der Begegnung mit dem leiblichen Gegenüber konstituiert sich die unverwechselbare erlebte Struktur des kindlichen Leibes. Begegnungen im Verlaufe des Lebens hinterlassen bleibende Spuren in den leiblichen Archiven - die Anderen als gesellschaftliche Lebenswelt werden fundierend für Selbstbewusstsein und Selbstbild (Haneberg 1995, 59). Unzählige diffuse Einprägungsmerkmale gestalten im Laufe der Primärerziehung den Leib im Sinne eines bestimmten gesellschaftlichen, klassen-, gruppen-, und geschlechtsspezifischen

Habitus (siehe auch Kap. II.1-2 über den Ansatz Bourdieus). Infolgedessen hängt von der Art, wie der Leib imprägniert und präpariert wird ab, ob und wie die weltlichen Einflüsse, die ankommen, hineingenommen werden in das Subjekt. Leiblichkeit erscheint so als die verbindende Stelle von Ich und Du.

So wird im Zeitverlauf die individuelle leibliche Geschichte in neuronal und muskulär vernetzten Archiven gleichsam 'eingefleischt' als leibliches Gefühl, als Haltung, als Lach- oder Kummerfalte (vgl. ebenda, 60).

Wissen, Erfahrung und soziale Eingebundenheit werden nun nicht nur im Bewusstsein gespeichert, sondern auch im Vor- und Unbewussten, scheinen sich so nachhaltig und unauslöschlich als Handlungsmuster und Routinen in den Leib hinein zu schreiben und von dort aus Empfindungen, Handlungen und Denken zu bestimmen. Frühkindliche Erlebnisse bzw. Schlüsselerlebnisse insbesondere hinterlassen ihre alltäglich sichtbaren und erinnerungsfähigsten Spuren. „Mithin verfügen wir nicht nur über Erinnerungen, die unmittelbar über das Bewusstsein abrufbar sind, sondern auch über solche Erinnerungen, die man als 'Spuren' im Unbewussten und als 'Körperspuren' bezeichnen könnte und die etwa durch psychoanalytische und körpertherapeutische Techniken dem Bewusstsein zugänglich gemacht werden können ... Mit anderen Worten: nicht nur unser 'GEIST' erinnert sich, sondern auch unser Körper ist ein riesiger 'Erinnerungsspeicher'“ (Abraham, 1998, 109). Andererseits ist das aktuelle Verhalten nicht einseitig und mechanisch durch die Vergangenheit determiniert, sondern es ist ein Sich-stets-aufs-neue-Verhalten, es ist aktive situationsbedingte Veränderung (vgl. Coenen 1985, 163).

Aus phänomenologischer Sicht ist der Leib "der von Anonymität durchsetzte Boden, der der bewussten und nach Selbstverfügung strebenden Existenz stets voraus ist. Er ist der Untergrund namenloser Allgemeinheit (*généralité*) auf dem sich unser Leben abspielt, und dessen Merkmal unsere Handlungen durchdringen und bestimmen" (Coenen 1985, 158).

Diese Anonymität ist allerdings nicht absolut, die Bereiche sind unterschiedlich zugänglich. Merleau-Ponty unterscheidet den "corps actuel" vom "corps habituel". Mit dem "aktuellen Leib" sind hantierende Gesten gemeint, die sich hier und jetzt unmittelbar auf die aktuelle Situation beziehen. Der "habituelle Leib" bezeichnet die in diesem Verhalten stets mitfungierenden Sedimente früheren Erlebens und Verhaltens, die sich wiederum vom persönlichen Erwerb bis zu allgemeinen unpersönlichen Funktionen erstrecken können. Aktueller und habitueller Leib stehen in einem kontinuierlichen dialektischen Verhältnis zueinander: die Habitualität ist die Grundlage einer vorgängigen Vertrautheit mit der Welt, auf der das aktuelle Verhalten stattfinden kann. Dieses wiederum erneuert und passt die

Handlungen an die aktuellen Forderungen des Augenblicks an. Im aktuellen Verhalten werden die vorgegebenen Habitualitäten umgeformt und umgewandelt. Jedes gegenwärtige Verhalten stiftet eine Tradition, die auch unabhängig vom bewussten Erleben im späteren Umgang mit der Wirklichkeit wirkt.

Aktualität und Habitualität fundieren sich gegeneinander: die Stabilität des habituellen Leibes wird aufgegriffen in der aktuellen Situation, wo etwas hinzu kommt und etwas verändert wird und sich als neue Habitualität niederschlägt. Umgekehrt kann auch das Habituelle vom Aktuellen aus neu definiert werden, aber ohne es als gespeichertes Erlebnis zu verlieren. Die in der über sich selbst hinausweisenden Bewegung liegende Kreativität "bedeutet nicht ein Aufgehen in der Einmaligkeit des Augenblicks. Sie ist nicht das ätherische Sich-Selbst-Entfliehen eines reinen Bewusstseins, sondern ein Sich-Bewegen auf der Basis des Gegebenen" und damit „...weder beständige Neuheit noch beständige Wiederholung, sondern die einzige Bewegung, die feste Formen schafft und sie wieder zerbricht“ (ebenda, 159) .

Nach Kotre (1996) erzeugt der „Strom der Ereignisse“ einen „Strom der Einnerungen“. Je kürzer die Ereignisse zurückliegen, desto genauer die Erinnerung. Allerdings hat das Langzeitgedächtnis eine eigene Qualität, indem es die Ereignisse zeitlichen Bezugspunkten zuordnet sowie sie thematisch bündelt. Eine zentrale Rolle spielt dabei der Sinngebungsprozess: „nur das erhält einen dauerhaften Platz, was subjektiv mit Bedeutung besetzt ist, was sinnhaft für uns ist! (in Abraham 1998, 110). Besonders nachhaltig prägen sich dem Leib-Gedächtnis folgende Situationen und Ereignisse ein:

- „- Situationen, die ein erstes Mal bedeuten;
- Situationen, die die gewohnte Routine durchbrechen und durch ihren ‘neuartigen’ Charakter die Aufmerksamkeit steigern (auch dadurch, dass sie auf physiologischer Ebene neuronale ‘Blitze’ freisetzen, was zu einer vermehrten Hormonausschüttung und erhöhter Kortexaktivität führt)
- Ereignisse, die im Nachhinein als bedeutsam interpretiert werden (das Gedächtnis wertet ex post Ereignisse auf, wenn sie im weiteren Leben eine emotionale Bedeutung erlangen;
- Ereignisse, die einen Wendepunkt einleiten;
- vor allem aber Situationen und Ereignisse, die mit starken Gefühlen verbunden waren (mit großen Ängsten, Scham, mit unbändiger Freude, etc.). Besonders die beteiligten Gefühle und Empfindungen halten die Erinnerung lebendig. Sie wirken wie ein Scheinwerfer, der es erlaubt, Dinge intensiv wahrzunehmen und viele Details zu speichern“ (ebenda).



Der jeweilige symbolische Wert, die Bedeutung eines Ereignisses, sorgt also dafür, ob und wie es erinnert wird. Von daher kann ein Eindruck, eine Stimmung eine Situation, eine Handlung zu einem Symbol für eine bestimmte Lebenserfahrung werden (vgl. ebenda, 110f.).

Leib und Subjekt gehen im "Leibsubjekt" (Petzold 1993) unwiderruflich auf, so dass sich über die Leibsphäre Subjektives ausdrückt, verstehbar wird und behandelt werden kann: "Der Leib als *"sujet incarnée"*, als "totales Sinnesorgan (...) umfasst die körperliche, seelische und geistige Dimension des Menschen mit seiner Einbindung in den sozialen und ökologischen Bereich, in den Lebensraum (..), die Lebenswelt (...) ..." (356). Das Leibsubjekt ist bezogen auf seine Lebenswelt (*etre au monde*), steht in der Zeit (individuell und kollektiv) und ist sozial vermittelt (*social body*). Petzold sieht den Leib auch als Erkenntnis- und Wahrnehmungsorgan (perzeptiver Leib), ausgestattet mit Erinnerungsvermögen (memorativer Leib) und fähig zur Handlung (expressiver Leib) (ebenda). Durch den mit Sinnen ausgestatteten Leib, d.h. mittels Wahrnehmung und Bewegung tritt das Ich in ein Welt- und Selbstverhältnis. Wahrnehmung bei Merleau-Ponty meint nun nach Gugutzer vor allem äußere Wahrnehmung, d.h. er beschäftigt sich kaum mit der Erfahrung als innerer Wahrnehmung, als eigenleibliches Spüren. (vgl. Gugutzer (2002, 88ff.). Da nun dieses eigenleibliche Spüren ein wesentlicher Indikator dafür sein kann, was als einengend und belastend, aber auch was als befreiend und lebensbejahend empfunden wird und damit auch wie persönliche und berufliche Beziehungen und Verhältnisse auf die eigene Leiblichkeit wirken, sei im folgenden auf die Bedeutung des Spürens für die eigenen Identität eingegangen.

#### **IV.1.5.2 Identität und Spüren**

"Wir leben spürend" - in diesem Sinn schlägt Gugutzer vor, die Wahrnehmungstheorie Merleau-Pontys um die Schmitz'sche Theorie des Spürens zu ergänzen (vgl. Gugutzer (2002,88). Der spürbare Leib umfasst für Schmitz "eine Mannigfaltigkeit absoluter Orte". die sich dadurch auszeichnen, dass sie unabhängig von räumlicher Orientierung bestimmt (d.h. identifizierbar) sind. Damit gemeint sind Empfindungen "in der Gegend des eigenen Körpers ..., unabhängig vom Zeugnis des Sehens, Tastens und Hörens". "Relative Orte" sind die Orte, die "durch Lage- und Abstandbeziehungen in einem System von Orten identifizierbar sind" (Schmitz 1986, 77).

Gugutzer fasst die spürbare Leiberfahrung nach Schmitz folgendermaßen zusammen: "Das

Spüren des eigenen Leibes, das - vor dem Hintergrund der Leib-Ich-Einheit - immer ein *sich*-Spüren ist, ist eine Erfahrung, die entweder auf konkrete Stellen (Leibesinseln) im Körper begrenzt ist (teilheitliche leibliche Regungen) oder den gesamten Körper durchzieht (ganzheitliche leibliche Regungen). Im letzteren Fall prägt das Spüren die Gesamtbefindlichkeit der betroffenen Person. Bei teilheitlichen leiblichen Regungen und bei Gefühlen mit einem Betroffenheitsmoment ist das Spüren eine bewusste Erfahrung. Angst, Schmerz, Hunger, Müdigkeit, Freude oder Lust sind leibliche Erfahrungen, die man spürbar wahrnimmt" (Gugutzer 2002, 92). Schmitz hat ein Kategoriensystem oder "Alphabet" von Grundzügen leiblichen Befindens bzw. leiblicher Regungen entwickelt, die wiederum nicht unverbunden nebeneinander stehen, sondern in einem komplexen Gefüge zusammenhängen<sup>65</sup>.

Leibliche Erfahrungen, die im Hintergrund wirken und nicht zu Bewusstsein kommen, hat Schmitz "leibliche Disposition" genannt. Es handelt sich bei ihnen "um ein relativ beharrendes, obwohl der Wandlung fähiges 'Klima' ganzheitlicher leiblicher Regungen, das das leibliche Befinden einer Person eigentümlich tönt und für diese schicksalhaft ist" (Schmitz 1986, 101). Das Schicksalhafte besteht dabei in der Art und Weise, wie unter biografischen und gesellschaftlichen Bedingungen persönliche Lebenserfahrungen und Ereignisses gemacht und verarbeitet wurden und sich in entsprechenden leiblichen Dispositionen niederschlagen. Die Art und Weise der Weltwahrnehmung erfolgt nun nicht nur kognitiv-rational, sondern auf Basis der erworbenen leiblichen Dispositionen "in der Art eines spürenden Hinachtens, Aufmerkens oder Wahrnehmens" (Gugutzer 2002, 98). Von Bedeutung im Rahmen dieser Arbeit ist, dass derartige leibliche Dispositionen durch neue bzw. andere leiblicher Erfahrungen und ihrer Reflexion wandelbar bzw. um neue Dimensionen erweiterbar sind.

"Das leiblich spürbar engende affektive Betroffensein ist der Königsweg, der zu dem Bewusstsein, was ich bin, die Gewissheit hinzu bringt, dass ich das selber bin" (Schmitz 2005, 42).

Kritisch zu Schmitz äußert sich Waldenfels (1999, 46ff.), indem er drei Bruchstellen des Schmitz'schen Begriffssystems benennt:

1. Mit der Rede über die Unmittelbarkeit des eigenleiblichen Spürens tut Schmitz so, als beschreibe er "einen reinen Eigenleib, dem nichts Fremdes beigemischt ist". Auf diese Weise unterschlägt er die Differenz "zwischen *Leiberfahrung* und Erfahrung des *Leibes als Leib*".

---

<sup>65</sup>"Enge, Weite, Engung, Weitung, Spannung, Schwellung, Intensität, Rhythmus, (leibliche Ökonomie als das Ganze von Intensität und Rhythmus, privative Weitung, privative Engung, protopathische Tendenz, epikritische Tendenz, Leibinselbildung, Leibinselschwund" (Schmitz 1965, 170, zit. in Gugutzer 2002, 93).

Demgegenüber ist "die Vorgängigkeit des Leibes ähnlich wie die der Lebenswelt nur in Form einer Rückfrage fassbar, die sich vom Unmittelbaren oder vom Ursprünglichen immer schon entfernt hat" (Waldenfels 1999, 47, kursiv im Original).

2. Schmitz bleibt im Dualismus von *res cogitans* und *res extensa* befangen, indem er das eigenleibliche Spüren (wie z.B. in der 'Leibinsel' des Mundes) gegenüber der Selbstbetastung des Körpers als wesensverschieden ansieht. Zwar spricht er wiederholt vom "körperlichen Leib", aber das Zugleich beider bleibt völlig unterbestimmt. Dasjenige, was dann zwischen Leib und Körper vermittelt, wird empirisch verstanden im Sinne einer somatisch ausgerichteten Medizin, die zwar 'subjektive Faktoren in Betracht zieht, aber auf eine bruchlose Wiederherstellung des 'ganzen Menschen aus einem Guss' verzichtet. Waldenfels fragt dann, "ob Leiblichkeit nicht gerade eine '*duplicité visible*' bedeutet, die ohne leibkörperliche Übergriffe, ohne künstliche Eingriffe in die natürliche Erfahrung und ohne selektive Regelungen gar nicht zu denken ist" (ebenda, 48f.).

3. Als besonders gravierend kritisiert Waldenfels, dass Schmitz die Differenz von Eigenem und Fremdem systematisch überspielt. Dessen Formulierung "Den anderen am eigenen Leib spüren" läuft darauf hinaus, das Eigene durch das Fremde zu erweitern und das Fremde in einem übergreifenden Ganzen aufzuheben, wobei einmal das eine Moment, das andere Mal das andere überwiegt. Völlig außer acht bleibt die Infragestellung des Eigenen durch das Fremde sowie der Anspruch des Fremden, der nicht gespürt wird, ohne beantwortet zu werden, und sei es durch Missachtung, und sei es durch eine Tortur, die nie "meine Tortur" sein kann (vgl. ebenda, 49).

Für Waldenfels ist der Leib keine "Zufluchtstätte, in der das Leben sich rein als Leben erlebt", sondern er bietet als Feld der Auseinandersetzung des Selbst mit seiner Welt und seiner Mitwelt ein "eigenartiges 'Niemandsland', das keinem der Kontrahenten ganz gehört und dessen Grenzen fließend sind". Der Leib-Körper bietet eine Umschlagstelle, wo Geist und Natur, Sinn und Kraft, Kultur und Natur ineinander übergehen und Eigenes mit Fremdem verflochten ist" (Waldenfels 1999, 52).

So wird dann zwar "die Brücke, die Selbstzuschreibung für mich möglich macht, durch mein affektives Betroffensein gebildet" (Schmitz 2005, 76), aber eine "spürbare Selbstgewissheit" (Gugutzer, 2002 101) muss immer auch in Rechnung stellen, dass die Körperlichkeit und die affektive Betroffenheit des eigenen Leibes fremd sein oder fremd bleiben können, ebenso wie die Anderen in ihrer Leiblichkeit in einer gewissen Weise fremd bleiben.

Neben der Diskussion von Sichtweisen innerhalb leibphänomenologischer Diskurse soll nun in der Auseinandersetzung mit Modellen zum Selbstverständnis bzw. zur Identität postmoderner Menschen (vgl Kapitel II.3) gezeigt werden, dass diese Modelle die leibliche Dimension der Identitätsbildung vernachlässigen und so die Wirklichkeit postmoderner Identitäten nur auschnitthaft beleuchten können.

#### **IV.1.5.3 Kritik kognitiv zentrierter Identitätsmodelle**

Gugutzer (2002) hat in seiner verdienstvollen Arbeit "Leib, Körper und Identität" das Missverhältnis zwischen dem in modernen Gesellschaften verstärkt zu beobachtenden Widerspruch, den "Körper als Objekt der Identitätskonstruktion" absichtsvoll einzusetzen und der gleichzeitigen Nichtberücksichtigung von Leib und Körper in Theorien und Konzepten der sozialwissenschaftlichen Identitätsforschung aufgegriffen, um anhand seiner theoretischen und empirischen Untersuchungen die Identitätsrelevanz des Leibes aufzuzeigen (Gugutzer 2002, 14) <sup>66</sup>.

So ist nach seiner Ansicht der Großteil sozialwissenschaftlicher Identitätstheorien nach wie vor im Cartesianischen Erbe der Trennung von Körper und Geist, Leib und Seele, Vernunft und Emotion befangen. Im Zentrum ihrer Ansätze stehen Denken (bzw. Reflexion) und Sprache (Narration). Die verschiedenen Modelle der Identität - ob als präsozialer Bewusstseinskern oder als Konstruktion - werden vor dem Hintergrund leibphänomenologischer Betrachtung als vor allem kognitive Konzepte<sup>67</sup> deutlich: danach entsteht Identität aus situativer Erfahrung, wird übersituativ verarbeitet und generalisiert. Die Erfahrungen werden in Form von Konzepten gespeichert, die der Person als Folie für bewusste Selbstwahrnehmungen dienen. Dem entspricht ein Selbstkonzept als kognitives Selbstbild einer Person, das Selbstwertgefühl als emotionale Einschätzung seiner selbst und eine Kontrollüberzeugung bezogen auf die Beherrschung und Veränderung der eigenen Lage (Frey/Hausser 1987, 20ff.). Bewegung und Körperlichkeit werden in diesem Modell lediglich als "soziale Definitionsräume" unter anderen (z.B. Beruf/Religion) verstanden, die je nach Situation mehr oder weniger Bedeutung haben können.

---

<sup>66</sup>Kritisch dazu vgl. Berndt 2003

<sup>67</sup>Nach Habermas bewährt sich die Ich-Identität des Erwachsenen in der Fähigkeit, "aus den zerbrochenen oder überwundenen Identitäten neue Identitäten aufzubauen und mit den alten so zu integrieren, dass sich das Geflecht der eigenen Interaktionen zur Einheit einer zugleich unverwechselbaren und zurechenbaren Lebensgeschichte organisiert" (zit. in Zoll 1995, 324).

Ausgangspunkt postmoderner Identitätskonzepte ist die Wahrnehmung, dass sich mit der Wandlung der gesellschaftlich-kulturellen Bedingungen Menschen ihre Identitäten neu konstruieren müssen. Gugutzer differenziert 3 Theoriegruppen:

1. Sozialkonstruktivistische Theorien aus Psychologie, Soziologie und Sozialpsychologie legen ihren Schwerpunkt auf die narrative und diskursive Konstruktion von Identität. Sie widersetzen sich der Auffassung eines einheitlichen, kohärenten Selbst. Sprache, andere Zeichensysteme und letztlich Diskurse sind primäre Orte der Identitätskonstruktion.
2. Differenztheorien (z.B. Konzepte des relationalen oder pluralen Selbst) rücken anstelle des Identitäts- den Differenzbegriff in den Mittelpunkt, d.h. Identität konstituiert sich auf Basis von Differenz. Differenztheorien halten Einheitsdenken und damit zusammenhängende Kategorien wie Kontinuität, Konsistenz und Rationalität für unangemessen. Was primär interessiert, ist Identitätsbildung in einer postmodernen Gesellschaft und damit kognitive, motivationale und praktische Aspekte.
3. Für Identitätstheorien, die zur Bildung von Identität auch den Körper integrieren, gilt neben dem Selbst auch der Körper als reflexives Projekt. Entscheidend sind dabei z.B. für Giddens (1991) aber nach wie vor Selbstreflexion, Selbstnarration und Selbstkontrolle - ebenfalls alles kognitive Kategorien. Der Körper wird dabei vor allem unter dem Aspekt des Körper-Habens betrachtet, d.h. es fehlt die leibliche Perspektive (vgl. Gugutzer 2003, 50ff.)

Auch kognitiv zentrierte Identitätsmodelle bilden Wirklichkeit ab - Identitäten, die in ihren Verhältnissen auch handlungsfähig sind. So setzt der Ansatz, beliebige Identitäten konstruieren oder wählen zu können, durchaus an den Erwartungen der Erfahrungswirklichkeit an. Das Individuum schreibt seinem Denken eine Autonomie zu, die es zur ordnenden Instanz über die Wirklichkeit werden lässt und gleichzeitig zu einem Relativismus tendiert, der letztlich jedem Anspruch auf Gültigkeit entsagt. Aus leibphänomenologischer Perspektive hingegen erscheint es kaum möglich, in einem Moment diese und im nächsten Moment eine andere Identität einzunehmen, und dabei die im Leib inkarnierte Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft bzw. Habitualitäten, Befindlichkeiten und Entwürfe zu übergehen. So müsste selbst bei dem Buchinger'schen Konzept des "leeren Selbst" (vgl. Kap.II.4.5) im Leib und in der Bewegung das Vorgängige, das Habituelle auch aus vorhergegangenen Situationen mitschwingen. Eine dauerhafte Missachtung des Leiblichen durch stete chamäleonartige Veränderung und die Illusion der Selbstbeherrschung - so die daraus abzuleitende Hypothese - führt möglicherweise zu nachhaltigen Identitäts- oder Gesundheitsstörungen.

Sowohl traditionelle als auch postmoderne Identitätsmodelle sind aufgrund ihrer Begrenzung auf die kognitive Seite des Leibes und die Vernachlässigung der fundierende, leiblichen Dimension menschlichen Verhaltens nur eingeschränkt in der Lage, das Verhältnis des einzelnen zur Gesellschaft, seine Veränderungen und die Veränderung persönlicher Sichtweisen, leiblicher Befindlichkeiten und Verhaltensweisen in Zusammenhang zu bringen. Therapiekonzepte, die auf essenzialistische oder fluktuierende Identitätskonzeption zurückgreifen, haben zwar durchaus auch Erfolge zu verzeichnen, orientieren aber letztlich an individualisierender Selbstverwirklichung und bedienen eine dualistische Sichtweise von Individuum und Gesellschaft.

Eine leibphänomenologisch fundierte Identitätskonzeption bietet die Chance, durch die Sichtweise einer durch die Individuen hindurchgehenden Gesellschaftlichkeit ihren eigenen Anteil klar werden zu lassen, indem sie sich ihrem Leib zuwenden, Befindlichkeiten differenzieren und in der Polarität von Beharrung und Flexibilität, von zur Gewohnheit gewordenen Habitualitäten und individuellen wie gesellschaftlichen Potentialen sich aktuell anregen zu lassen, auch als Natur- und Gemeinschaftswesen zu handeln.

Leibphänomenologisch rückgebunden kann "Identität" nur als Aspekt von Leiblichkeit verstanden werden. Mit Seewald gilt es, sich auf ein Leibverhältnis "im Fluss" einzulassen. (vgl. 2000, 100). So kann unser "Selbst" als "eine immer nur vorübergehende Verfestigung von Konfigurationen, im Moment, in einer bestimmten Situation, in Wechselwirkung mit allem um mich herum" betrachtet werden (Geiser 2001, 7). Was das Arbeitsleben bzw. die Identität in der Arbeit anbelangt, stellt sich ein innerer Zusammenhang „nicht mehr durch das Durchleben eines einzigen beruflichen Entwurfs her, sondern durch die biographische Integration der beruflichen Ereignisse, die uns begegnen. Es geht immer weniger um eine äußere, denn um eine innere Kontinuität“ (Hien 2002, 216).

Kritisch zu sehen sind allerdings auch Leibkonzeptionen, die im Leib nach einem festen Welt-Bezugspunkt suchen oder die den Leib mit unmittelbarer Gewissheit ausgestattet sehen. So können z.B. auch Gefühle etwas Nicht-Authentisches sein - das Beispiel eines Gefühlsmanagements "von oben" und die Empfindung der Fremdheit eigener Gefühlen bei den IBM-Mitarbeitern zeigt, dass sie nicht unbedingt eine letzte Gewissheit bieten müssen, sondern eine Form fremder Einleibung sein können. Um dem näher zu kommen, was "das Eigene" und was "das Fremde" an seinen Gefühlen ist und wie ein Leitfaden im eigenen Leibe gefunden werden kann, eignet sich das Konzept der "Reflexiven Leiblichkeit", das im folgenden näher erläutert werden soll.

#### IV.1.5.4 Reflexive Leiblichkeit

Der Weg zur Differenzierung eigener und fremder Interessen verläuft über die Beschäftigung mit der Frage: „Woher weiß ich, was ich selber will?“ Nur wenn ich verstehe, wann und wie ich selbst die Weichen so stelle, dass ich und die anderen unter Druck geraten, nur in kontinuierlicher Selbstreflexion kann ich Alternativen entwickeln. In dem Maße, in dem der eigene Anteil am Zustandekommen dieses Prozesses erkannt wird, entsteht die Möglichkeit, innere und äußere Bedingungen zu verändern. Um herauszufinden, was gut für mich ist oder was mir schadet, werden üblicherweise kognitiv-rationale Fähigkeiten aktiviert, der Leib bleibt im alltäglichen Handeln weitgehend verborgen. Oft spüren wir ihn erst, wenn er auf sich aufmerksam macht, z. B. durch Gefühle, Schmerz, Krankheit, Nicht-Können. Ich kenne ihn wohl, beachte ihn aber nicht - was passiert, wenn ich ihn beachte, meine Aufmerksamkeit auf ihn richte? Wie kann ich ihn sprechen lassen?

Möglichkeiten, sich über Ursprung und Wirkungsweise des eigenen Gefühlslebens klar zu werden, bestehen u.a. in den Fähigkeiten, leibliche Befindlichkeiten spüren, bewusst differenzieren und als leibliche Botschaften „hören“ und verstehen zu können.

Unter den Aspekt von Selbsterkenntnis und Veränderung geht es zum einen um das Aufspüren von Differenzerfahrungen des Leibes in Bewegung und Ruhe, d.h. um das Aufspüren und Ausdrücken von subtilen Unterschieden, das Spüren, was ich mit Bewegung mache und was Bewegung mit mir macht, das Hinspüren auf Energiezentren und -blockaden, Gewärtigen einer Situation oder anderer Menschen und die Wirkung auf sich selbst, das Loslassen und Offenhalten für den Empfang innerer Bilder und Assoziationen usw. (vgl. Seewald 2000, 100). Eine derartige "reflexive Leiblichkeit" wird dabei nicht verstanden als „reflexiv im Sinne eines fokussierenden Ich-Bewusstseins, sondern sie begleitet in einer Art wohlwollenden Zeugenhaltung und gleichsam aus den Augenwinkeln die leiblichen Befindlichkeitsänderungen, mit denen wir geradezu seismographisch auf unsere Mitwelt reagieren können“ (Seewald 2003, 140). Dadurch kann sich auch die Wahrnehmung der eigenen Orientierung, eigener Ressourcen und eigener Grenzen verbessern. Eine so verstandene reflexive Leiblichkeit ist als innerer Dialog zu verstehen, über den zwar keine authentischen und letztgültigen Gewissheiten erlangt werden können, der aber wichtige Entscheidungshilfen in komplexen Lebenslagen leisten kann (vgl. Seewald 2000, 100). Die so gewonnenen Differenzerfahrungen lassen nicht unbedingt in die Tiefe zu blicken, sondern ermöglichen, persönlich Relevantes, Beglückendes, Beruhigendes etc. und ihre jeweiligen

Gegenpole differenzieren zu lernen. Reflexiv wird Leiblichkeit also dann, wenn sie intentional genutzt werden kann. Die "neue" Implizite Leiberfahrung kann auf der Suche nach Kohärenz ein zentraler Messfühler für Stimmigkeit und Authentizität sein (vgl. Keupp 2000, 120).

Auch Gugutzer verwendet den Begriff einer "reflexiven Leiblichkeit", und zwar bezogen auf Identitätsbildung: er soll erstens verdeutlichen, dass sich die Entwicklung und Aufrechterhaltung einer Identität im Wechselspiel von (leiblicher) Erfahrung und (kognitiver) Reflexion, von narrativer Konstruktion und spürbarer Stützung vollzieht" (Gugutzer 2002, 296). Zweitens ist "reflexive Leiblichkeit" durch den "Spürsinn" bestimmt - das inkarnierte leibliche Vermögen, entsprechend dem situativen Kontext die richtige Wahl zu treffen (ebenda 304). Drittens korreliert mit der Entfremdung des Leibes die Notwendigkeit, sich die eigene Sinnlichkeit wieder anzueignen, d.h. einer "reflektierten Selbstsorge eine Auszeit zu gönnen, um neue Kräfte zu sammeln und sie so erneut zu ermöglichen" (ebenda 305). Schließlich dient der Leib dazu, als innerer Maßstab der Bewertung zu fungieren, ob die eigene Lebens- und Selbstgestaltung gelingt oder nicht. Als Ausdruck einer selbstdistanzierten Haltung ermöglicht es die Einstellung der "Gelassenheit", souverän mit der Ereignishaftigkeit, Wandelbarkeit, Widersprüchlichkeit und Unvorhersehbarkeit des Lebens, andererseits auch mit negativen Erfahrungen, persönlichen Rückschlägen und inneren Konflikten umzugehen (ebenda 308). Im Vertrauen auf die leibliche Intelligenz des Spürsinns und im reflexiven Umgang mit den eigenen Sinnen, Empfindungen und dem eigenen Körper spiegelt sich seiner Ansicht nach "ein Identitätspotential, das bei weitem noch nicht ausgereizt ist und zudem den spätmodernen Anforderungen in idealer Weise entgegenkommt" (Gugutzer 2002, 309).

In der aktuellsten Fassung fasst Seewald das Konzept der "Reflexiven Leiblichkeit" als "dialektische Überwindung der Postmoderne, weil es Teil einer neuen Orientierungskultur ist" (1997, 95). Diese Orientierung "bindet sich nicht an Inhalte bzw. Festes, sondern spürt Qualitäten nach. ... Das Feste wird im Fließenden gesucht" (ebenda, 96). Insofern überwindet sie das archimedische Festigkeitsdenken der Moderne ebenso wie das haltlose Pluralisierungsdenken der Postmoderne, indem es beides zu einer Orientierung im Fluss aufhebt (ebenda).

Bereits in den achtziger Jahren des 20. Jahrhunderts entwickelte Eugene Gendlin (1981) mit *Focusing* eine Methode zum Verständnis eigener unklarer Gefühle, zur selbstbestimmten Veränderung seiner selbst sowie der inneren Differenzierung unterschiedlicher Gefühls-



qualitäten. Über das unmittelbare Erleben (experiencing) wird Kontakt mit den eigenen Gefühlen aufgenommen und die innere Aufmerksamkeit auf das gerichtet, was man zunächst nur unklar fühlt. Das unmittelbare Erleben als Bezugspunkt des Persönlichkeitswandels, „liegt im Vagen, Diffus-Undeutlichen, in diesen merkwürdigen Empfindungen, die man eigentlich gleich als nebensächlich oder störend zur Seite schieben möchte, die Quelle verborgen, die uns zu dem neuen Wissen führt, aus dem sich Veränderungsschritte ergeben. Ich darf, soll und muss die Unsicherheit in mir akzeptieren - dieses Schwammige, Unfertige, noch nicht Klare“ (Bundschuh-Müller 2000, 29). In einer Pendelbewegung zwischen dem Impliziten, noch nicht Gewussten, noch nicht Geformten und dem Expliziten, den leiblichen Äußerungen, können im Focusing-Prozess Unsicherheiten akzeptierend durchschritten und die darin eingefalteten Möglichkeiten entdeckt werden. Auch unangenehme Empfindungen können zu Indikatoren werden, die den Anfang eines Erkenntnis- und Entscheidungsweges zeigen. Es gilt, nicht unbedingt etwas zu finden, das immer schon da war, sondern es gestaltet und formt sich in dem Moment, in dieser Art Beziehungsaufnahme mit mir selber, neu (Geiser 2001, 6).

So kann eine neue Offenheit gegenüber dem eigenen Empfinden entwickelt werden, eine Sorgfalt im Umgang mit eigentlich unerwünschten Gefühlen und Verhaltensweisen. Focusing „vermittelt ein Wissen um die Natur unklaren Erlebens: als Tor nach innen und als Methode, mit unerwünschtem Fühlen konstruktiv umzugehen. Es ‘puffert ab’ gegen Selbstdestruktion und ermöglicht Gelassenheit sich selbst gegenüber“ (ebd.). In diesem Sinne bedeutet leibliche Reflexion nicht nur die Fähigkeit der bewussten Verstandestätigkeit, sondern auch die Fähigkeit, sich ‘sinnend’ auf die eigenen Vorgänge zurück zu wenden und auf leiblicher Ebene persönliche Veränderungsprozesse zu initiieren.<sup>68</sup>

Es bleibt allerdings offen, ob und wie die postmodernen Individuen in der Widersprüchlichkeit heutiger Anforderungen eine Spürfähigkeit entwickeln können, die ein sich und anderen gegenüber verantwortliches Handeln in Machtverhältnissen ermöglicht.

#### **IV.1.6 Macht und Handlungsfreiheit**

---

<sup>68</sup> „Unsere Körper spüren sich selbst und dadurch ihre Situationen. Und daraus gestaltet sich der jeweils nächste Handlungsschritt (Sheets-Johnstone 1998). Lasst uns mit dem Körper beginnen, statt mit den fünf Sinnen. Ihr Körper spürt, was in diesem Augenblick hinter ihrem Rücken ist, ohne es zu sehen, zu hören oder zu riechen. Sie spüren nicht nur die Dinge, die da sind, sondern auch Ihre Situation, das, was passieren würde, wenn Sie sich plötzlich umdrehen oder wenn Sie gegen die Wand hämmern würden, hinter der Ihre Nachbarn wohnen. Der Körper erfasst die Situation zutreffender als der Intellekt. Wenn ein erfahrener Pilot sagt: „Ich weiß nicht warum, aber ich traue dem Wetter nicht“, dann setz' dich nicht ins Flugzeug“ (zit. in Gendlin 1999).

Ganz allgemein bewegt sich die Diskussion um menschliche Handlungsfreiheit und ihre Begrenzung in der Geschichte immer zwischen den Polen der absoluten Freiheit des Willens und der Determination durch die Bedingungen, unter denen ein Mensch lebt. In der jüngeren Geschichte beispielsweise plädiert Sartre für die absolute Freiheit der Entscheidung, die absolute Verantwortung für das eigene Tun, immer und zu jeder Zeit (Sartre 1943/1993). Sozialisationstheoretische, behavioristische oder neurobiologische Theorien sehen den Menschen hingegen in seinen sozialen und biologischen Strukturen verhaftet, ohne Chance, eigene Handlungsentwürfe entwickeln oder verwirklichen zu können (Hien 2007, 26ff.). Anknüpfend an Hegel und Husserl nimmt Merleau-Ponty in der Beantwortung der Freiheitsfrage eine mittlere Position ein: "Nie herrscht der Determinismus und nie die absolute Wahl, niemals bin ich bloß Ding und niemals nacktes Bewusstsein" (1966, 514 f.). Bezogen auf die kapitalistische Warengesellschaft vertritt Adorno eine ähnliche Position, indem er einerseits die Lehre von der Willensfreiheit ablehnt, "die inmitten der Warengesellschaft von dieser abstrahiert" und er andererseits den Menschen nicht auf die Warenform reduzieren lässt (Adorno 1966, 261), sondern ihm Freiheit im Widerstand gegen repressive Verhältnisse zugesteht (vgl. ebenda 202). Unter den Bedingungen indirekter Steuerung nun ist Freiheit offenbar derart mit Unfreiheit verschränkt, dass Menschen freiwillig auch ihre leiblichen Ressourcen bis zur Erschöpfung verausgaben.

Nach Foucault schließt Machtausübung ein wichtiges Element ein, nämlich das der Freiheit. "Macht kann nur über 'freie Subjekte' ausgeübt werden, insofern sie 'frei' sind. (...) Sklaverei ist keine Machtbeziehung, der Kampf entsteht vielmehr aus dem Antagonismus von Macht und Freiheit" (Foucault 1982, 287), wobei diese Machtbeziehungen im gesamten gesellschaftlichen Geflecht wurzeln (vgl. ebenda, 291). Wie in Kapitel I.4 bereits beschrieben, gibt es beim frühen Foucault keinen Ausweg und keinen Eigensinn subjektiver Konstitution und Entwicklung, auch Selbsttechnologien fungieren letztlich im Sinne der Macht.

Nach Bourdieus Habitus-Konzept legen die leiblich verankerten habituellen Dispositionen wie auch die (ungleich verteilten) Chancen, über Ressourcen zu verfügen, den jeweiligen Spielraum fest, innerhalb dessen Freiheit für Varianten und Erneuerung besteht. Nach diesem Konzept ist Freiheit allerdings nur eine "konditionierte und bedingte Freiheit" (1987, 103). Aber selbst soziale Zwangsverhältnisse bestehen nicht nur aus dem Einfluss eines Mechanismus, einer Gruppe oder "der" Gesellschaft auf ein passiv unterworfenen Subjekt - sie sind immer Wirkungen stets konkreter Interaktionskontexte, d.h. Situationen, an deren

Aufbau die Subjekte aktiv beteiligt waren und sind. So sind Strukturen in der Arbeitswelt weder rein sachliche Rationalitäten noch rein rein wertorientierte Kulturen, sondern sie sind immer auch bestimmt von der Logik mikropolitischer Auseinandersetzungen, von der Anordnung und Veränderung von Macht-Räumen und Macht-Ordnungen (vgl. Neuberger in Hien 2007, 41). Wie das Aushandeln und das Auf-sich-Nehmen der vorgegebenen Struktur wahrgenommen wird, bedeutet stets zugleich eine Umstrukturierung, wie geringfügig sie auch sein mag. Die kollektive Einheit erhält sich also nicht durch Sozialisation seiner Mitglieder stetig selbst, sondern ist ein fluktuierendes Spiel von Strukturierung und Umstrukturierung.

Die damit verbundenen Regeln sind keine allgemein anerkannten Vorschriften, die in einem ausdrücklich formulierten System festgelegt wären oder sich sofort festlegen ließen. Es sind implizite, stets mit den konkreten Kontexten bzw. Situationen, in denen sie entstanden sind, verhaftete, kontingente Regulierungen. Bei festen und konventionellen Regeln sind die ursprünglichen Regulierungen verfestigt und objektiviert. Aber auch diese sind veränderbar.

Aus leibphänomenologischer Sicht verbindet sich "der in der leiblichen Habitualität verkörperte soziale Zwang letzten Endes immer mit der direkten 'Verführung', die der aktuelle Kontext auf das subjektive Verhalten ausübt" (Coenen 1985, 231). Dies bestätigt z.B. auch Drinkuth in seiner Untersuchung der "Subjekte der Subjektivierung" (2007): Er kommt zu dem Schluss, dass diese Subjekte durchaus unterschiedlichen Handlungslogiken entsprechend des aktuellen Handlungskontextes verfolgen können: so nehmen die Akteure eines untersuchten Betriebs eher eine kollektive Perspektive ein und engagieren sich für ihr Unternehmen als "Schicksalsgemeinschaft", während die Akteure eines anderen Betriebes sich vor allem wegen der ihnen gewährten Handlungsfreiheit engagieren und nicht, weil sie glauben, damit ihren Arbeitsplatz abzusichern (vgl. Drinkuth 2007, 182). Seine Fallstudien belegen, dass die Vermarktlichung zwar als wichtiger Faktor die Handlungen der Akteure beeinflusst, sie jedoch nicht als einziger Mechanismus für die Strukturierung der gegenseitigen Beziehungen angesehen werden können (vgl. ebenda, 187).

Auf der leiblichen Ebene kann Herrschaft also nie als eine totale und mechanisch verlaufende Determination menschlichen Handelns angesehen werden: als Habitualität sind die sozialen Regeln (ob innerlich widersprüchlich und problemverschärfend oder nicht) vorreflexiv, undurchsichtig und spontan, gleichzeitig wird das Habituelle immer wieder in der neuen Situation aktualisiert. "Die soziale Vorgegebenheit produziert nicht das Verhalten, sondern sie ist der Horizont, vor dessen Hintergrund das Verhalten sich entfaltet" (Coenen

1985, 230).

Grundsätzlich ist anzumerken, dass das Verhältnis von Habitualität und Aktualität, wie auch das von Innen und Außen, Ich und Anderem sich nicht in endgültiger Harmonie miteinander befindet, sondern eine Spannung innerhalb der Einheit des leiblichen Verhaltens bildet. Bei Vereinseitigungen z.B. der Dominanz von Traditionalismus und Erstarrung besteht dann ein Spannungsverhältnis, welches eine ständige Bedrohung für die aufgebaute Dominanz bedeutet.

Dieses Spannungsverhältnis besteht auch zwischen den vielfältigen Belastungen und Zumutungen durch entgrenzte Verwertung des emotionalen und intellektuellen Arbeitsvermögens und der Einheit bzw. der Kohärenz des leiblichen Verhaltens. (vgl. Kapitel I.4 - I.6). Offen bleibt, ob und inwieweit sich Subjekte im Einklang mit den Herrschaftsverhältnissen kohärent machen können oder wie weit und in welcher Weise sie sich aus vorgegebenen und immer wieder neu selbst hergestellten Verhältnissen befreien können.

Die Idee der Freiheit ist ein entscheidender Aspekt abendländischer Subjektivität. Veränderungen im Verständnis dieses Begriffs tangieren das Selbstverständnis des Menschen in fundamentaler Weise. Die unaufhebbare Spannung zwischen subjektiver Freiheit und überindividueller Norm hat auch in der Diskussion um Autonomie in der Arbeit stark an Aktualität gewonnen. So stellt Glißmann sich in der Auseinandersetzung um Autonomie und Herrschaft unter den Handlungsbedingungen bei IBM die Frage "Was ist eigentlich Freiheit? Gibt es tatsächlich Freiheit?" Und er konkretisiert diese Fragestellung auf die ganz konkrete alltägliche Arbeitssituation: "Warum tue ich, was ich tue? Und warum tue ich das freiwillig? Ich muss es doch gar nicht tun, warum also tue ich es?" (IGM 2000, 31f.).

Freiheit und Autonomie sind insbesondere an die natürlichen Umstände unseres eigenen Leibes gebunden. Die Leiblichkeit setzt der Autonomie Grenzen. Schmerzen beispielsweise erinnern Menschen daran, dass sie leibliche und nicht nur geistige Wesen sind, sie sind eine Widerfahrnis, die sich der Machbarkeit, der eigenen wie der durch den Arzt, entzieht (siehe auch Kap.III.1.2.5).

Um das cartesianische Modell der Willenskausalität („Freiheit wird als innerer Vorgang gefasst, der kausal auf äußere mechanische Vorgänge einwirkt“) zu überwinden, fasst Waldenfels mit Merleau-Ponty und Goldstein Freiheit als „Art und Weise, wie wir uns leiblich in der Welt bewegen, wie wir die Welt gestalten und sie strukturieren“ (Waldenfels,

2000, 193). Varela und Thompson rekurren auf die Leibtheorie Merleau-Pontys und auf Heideggers Hermeneutik und sprechen vom Handeln als Inszenieren: „wir bewegen uns auf einer Bühne, lassen eine Szenerie entstehen, verändern die Wirklichkeit und mithin uns selbst. Das Wahrnehmen und Handeln spielt sich in einer Szene ab, in der die Wirklichkeit selbst als Mitspielerin auftritt“ (Varela und Thompson 1992, 236ff. zit. in Waldenfels 2000, 193). In dem Moment, wo wir die Situation verändern, verändert sie auch uns selbst. In diesem Sinne ist der leibliche Organismus keine Klaviatur, auf der äußere Reize ihre Eindrücke hinterlassen, sondern eine Klaviatur, die sich selbst bewegt, die selbst dazu beiträgt, den Hammer, der beim Klavier den Ton auslöst, zu bewegen (vgl. Waldenfels 2000, 194).

In der Sphäre des leiblichen Verhaltens verwirklicht sich Freiheit nur als Einwirkung auf ein vorliegendes Feld, das ihr Widerstand leistet, das durch sie hindurch bestehen bleibt, und in dem die Resultat eine gewisse Dauerhaftigkeit erlangen“ (Coenen 1985,159).

#### **IV.1.6.3 Handlungsfreiheit in Situationen**

Im Anschluss an Merleau-Ponty schreibt Gerd Brand: "Die Analyse der Freiheit gründet in der Analyse der Vorgegebenheit meines Möglich-Seins, denn nur in dieser Vorgegebenheit bin ich frei, habe ich Freiheit. Jede Analyse von Wollen, Können und Wählen und die Entfaltung dieser Analyse in Ziele, Zwecke, Motive, Absichten usw. setzt voraus die Analyse dessen, was wir die Situation nennen. (...) Wenn ich in der Situation so bin, dass ich dabei in mir selbst als Außer-mir bin und umgekehrt, dann ist das Außer-mir, welches mir meine Situation vermittelt, nicht meine Umgebung, sondern es sind meine Umstände. (...) Meine Umstände kann ich auch unterscheiden als Verfügbares, und zwar in einem doppelten Sinne: Die Situation unterscheidet erstens über die Verfügbarkeit meiner Umstände, d. h. darüber, wie und inwieweit ich über sie verfügen kann; zweitens unterscheidet sie, wie und inwieweit die Umstände über mich verfügen. Beides gehört im Verfügbaren zusammen. Je weniger ich über meine Umstände verfüge, desto mehr verfügen sie über mich. In die Situation bin ich selbst eingefügt, ich bin in ihr, weil sie über mich mit-verfügt; ich kann mich nur in ihrem Gefüge bewegen, handeln, leben: Die Situation ist mein Gefüge" (Brand 1971, S. 403f., zit. in Hien 2007, 29).

Allerdings gibt es auch das Dunkle, Nicht-Verfügbare innerhalb der eigenen Person: Freud hat gezeigt, dass die Reichweite des Willens begrenzt ist, indem wir in unseren Denk- und Handlungsmustern von Dynamiken geleitet werden, die wir nicht kennen - Ergebnisse

verdrängter oder verschobener Erlebnisse stecken tief in unserem Unbewussten und unserem Leib, ob sie uns gefallen oder nicht. Eltern, "objektive" Zwänge oder eine schlimme Kindheit für aktuelles Verhalten verantwortlich zu machen, führt jedoch zu einem unendlichen Regress, der den einzelnen seiner Verantwortung enthebt. Mit den mit zunehmendem Alter erworbenen Fähigkeiten sind wir durchaus in der Lage, die Verantwortung für das eigene Leben selbst zu tragen. Die Spannung, aus dem Unterbewussten in einer gewissen Weise determiniert zu sein und dennoch frei zu sein, prägt jedes Leben.

Die konkrete Freiheit besteht zunächst in dem allgemeinen Vermögen der menschlichen „*puissance sur le monde*“, sich in Situationen zu versetzen (vgl. Merleau-Ponty 1986, 164). Freiheit wird hier gefasst als die Möglichkeit, Situationen als solche zu schaffen, auf sie zu antworten, sie zu strukturieren. Die Situation wiederum wird in einer bestimmten Weise kreiert. So ist man daran beteiligt, selbst wenn man in eine Situation hinein gerät: indem man sie in einer bestimmten Weise aufnimmt, bestimmte Fragen stellt oder nicht, der Situation eine Wendung gibt oder nicht. Im Unterschied zu Sartre, bei der Freiheit in Entscheidung und Entwurf verlagert werden, liegt die Freiheit für Merleau-Ponty „in der Art und Weise, wie wir etwas abwägen, welche Aufmerksamkeit wir auf etwas verwenden, wie wir überhaupt etwas in den Blick geraten lassen. Freiheit liegt nicht in dem großen Schlusswort ‚ja‘ oder ‚nein‘, das einen Prozess der Entscheidungsfindung im allgemeinen nur abbricht“ (Waldenfels 2000, 197). Da wir immer schon in bestimmten Strukturen leben, besteht Freiheit nicht in einer willkürlichen Setzung, sondern in einer Umgestaltung und Umstrukturierung der jeweiligen Situation, Freiheit kann sich also bloß innerhalb von Strukturen und Regeln realisieren und nicht außerhalb.

Die spezifischen Charakteristika menschlicher Freiheit liegen nach Waldenfels in der Fähigkeit, Gesichtspunkte zu vervielfältigen, Ambiguitäten zu ertragen oder den Sinn für das Mögliche zu entfalten. „Gesichtspunkte vervielfältigen“ heißt dabei, nicht in einen einzigen Gesichtspunkt, der mir ‚zugewachsen‘ ist, einbetoniert zu sein. Eine gewisse Vieldeutigkeit bzw. „Ambiguitäten zu ertragen“ hängt damit zusammen, dass die Wirklichkeit selber immer viel mehr Möglichkeiten bietet als ausschöpfbar sind. Das dritte Charakteristikum menschlicher Freiheit besteht im „Sinn für das Mögliche“. So unterscheidet z.B. Musil im „Mann ohne Eigenschaften“ den Wirklichkeitssinn vom Möglichkeitssinn. Letzterer besteht darin, immer das Bewusstsein oder das Gefühl zu haben, die Wirklichkeit könne auch anders sein, d.h., das eigene Dasein könne nicht nur von den gegebenen Regeln und Zielen schlechthin abhängen (vgl. ebenda, 197ff.).

Freiheitliches Handeln greift insofern nicht willkürlich von außen in etwas ein, sondern nutzt

die Möglichkeit, Situationen umzugestalten, z.B. wenn gewohnte Schemata nicht greifen und wir aus vertrauten Situationen herausgerissen werden. Freiheit ist immer eine Spontaneität innerhalb von Strukturen. Sie übersteigt geschaffene Strukturen, um daraus andere zu schaffen (vgl. Merleau-Ponty 1976, 200).

Im Zusammenhang mit der aktuellen Diskussion um Autonomie und Selbstbestimmung in den neuen Arbeitsformen (Grote 1997; Moldaschl 2002; Sichler 2003) und um die Handlungsfreiheit in Situationen zu erschließen, kann nun die Unterscheidung zwischen negativer und positiver Freiheit aufgegriffen werden: Freiheit von äußeren Zwängen wird als negative Freiheit, die Möglichkeit, menschliche Eigenschaften und menschliche Kompetenzen zu entwickeln, zu entfalten und zu verwirklichen, wird als positive Freiheit verstanden. Vom Standpunkt materiell wirksamen Handelns aus gesehen stellt negative Freiheit eine Voraussetzung zur positiven Freiheit dar. In dem Maße, in dem beide Formen von Freiheit vorhanden sind, wächst die Verfügung über meine Situation, über meine Handlungsbedingungen. Da die Freiheit gleichzeitig aber auch bedingt ist, kann ich nie total über eine Situation verfügen: "Die Umstände sind meine, aber ich habe sie nicht gemacht. Die Situation ist meine, aber ich habe sie auch nicht geschaffen. Selbst wenn ich in eine Situation hineingerate oder aus ihr heraus, so bin ich doch immer in irgendeiner Situation. Wir haben gesehen, dass ich sie weder im eigentlichen Sinne verweigern noch akzeptieren kann, dass ich in ihr weder vollkommen frei noch vollkommen unfrei bin, dass ich in ihr weder einen Standpunkt einnehmen noch ihn nicht einnehmen kann. Nichts entkommt dieser ursprünglichen Situationszugehörigkeit, Situationsbedingtheit. Die Situation kann sich ändern, aber kann sie sich total ändern? Die Grenze der Situation, das bin ich selbst als an mich selbst gebunden" (Brand 1971, 404ff.).

Dessen eingedenk ist eine Situation eine Gemengelage von Aufforderungscharakter, von Gesetzen, Regeln, eingefleischtem Habitus, Atmosphäre, aber eben auch der Handlungsfreiheit, sich in einer bestimmten Weise für eine bestimmte Handlung zu entscheiden. Um krankmachende oder entmächtigende oder die Verknüpfung ermächtigender und krankmachender Verhältnisse zu verändern, kann demnach potentiell jeder und jede als Teil des sozialen Verhältnisses in mit anderen geteilten Situationen sein Verhalten sowie das der anderen auf unproduktive oder krank machende Habitualisierungen hin befragen, kann sich ermächtigen und derartige Habitualisierungen mit entsprechenden Veränderungskompetenzen ggf. in aktuellen Situationen verändern.

Es erscheint im Sinne menschlicher Handlungsfähigkeit und Selbstbehauptung sinnvoll, die hier aufgeführten Bestimmungsfaktoren einer Situation wie leibliche Eingebundenheit,

wechselseitige Einleibung, Aufforderungscharakter, Sinnzusammenhang und Offenheit auf die Analyse von Arbeitssituationen anzuwenden und - da alle diese Faktoren mit dem persönlichen Erleben zu tun haben - den Betroffenen persönliche Kompetenzen einer leibphänomenologischen Situationsanalyse zu vermitteln.

Nach Peter bietet der Situationsbegriff wichtige Anknüpfungspunkte für eine Arbeitsgestaltung, die situatives Bewältigungshandeln ermöglicht und hoch anschlußfähig an Coping-Konzepte sowie an Konzepte primärer Arbeitspolitik ist. Damit könnten durch die annähernde Rekonstruktion von Situationen auf Grund der Explikation einzelner Faktoren aus Situationen Konstellationen herbeigeführt werden, die Grundformen menschlicher Selbstbehauptung in Form von "guter Arbeit" respektieren (vgl. Peter 2008, 182).

#### **IV.1.6.4 Grenzerfahrung und Grenzkonflikte**

Im Zuge der Entgrenzung von Arbeit gewinnt für postmoderne Berufstätige die Differenzierung eigener und fremder Ansprüche und ihre Abgrenzung im Sinne eigenen Wohlergehens bzw. zum Schutz der eigenen Gesundheit eine neue Qualität.

Peter weist in Anlehnung an Plessner mit dem anthropologischen Begriff der Allseitigkeit des Menschen zu sich und seiner Mit- und Umwelt, seiner exzentrischen Positionalität, der Auseinandersetzung mit Grenzen (Innen, Zwischen, Außen) eine existenzielle Bedeutung zu (vgl. Peter 2008, 192ff.). "Grenze" steht für die Trennung von innen und außen, diesseits und jenseits, ich und die Welt bzw. ich und die Anderen. Jede/r weiß, dass Grenzen im je eigenen Bereich z.B. in der Wohnung oder am Arbeitsplatz nicht oder nur von ganz bestimmten Personen in ganz bestimmten Situationen überschritten werden dürfen: mein Zimmer – dein Zimmer, mein Schreibtisch – dein Schreibtisch, meine Aufgabe - deine Aufgabe. Das hat nicht nur etwas mit Besitzstandswahrung zu tun, sondern damit, den eigenen Raum abzustecken, zu behaupten, zu verteidigen, sich darin einzurichten, um sich von da aus entfalten und entwickeln zu können. Die Errichtung und Stabilisierung von Grenzen gegenüber einer Situation oder einem Umfeld dient nicht der Verhinderung von Überschreitungen, sondern ihrer Markierung und Regulierung. Damit haben Grenzen etwas Paradoxes an sich: einerseits dienen sie der Ab- und Einschließung, andererseits der Überschreitung. Grenzzonen lassen sich also begreifen als Orte der Vermittlung mit den Ansprüchen der Anderen.

Das Sich-Bewegen in derartigen Grenzzonen ist hochgradig ambivalent. EthnologInnen haben diesen Phänomenbereich bezeichnender Weise im Zusammenhang von Ritualen



erforscht. Rituale haben nach ihrer Erkenntnis genau die Funktion, diese Grenzüberschreitungen so zu begleiten, damit weder die Individuen noch das Sozialgefüge beschädigt werden. Grenzüberschreitungen sind entscheidend für den Prozess der Erneuerung. Gleichzeitig sind Grenzbereiche eine Gefahrenzone, weil sie eine Befreiung von Zwängen darstellt. Es ist der Bereich des Interessanten, wo alles neu verhandelt werden kann. Dennoch trägt diese Phase Spuren der vorangegangenen und der nachfolgenden Stadien. Grenzbereiche sind gefährlich und spielerisch zugleich, sowohl für die Einzelnen wie für Gruppen, weil es der Zustand des "Weder – Noch" und des "Sowohl – Als auch" gleichermaßen ist. Es ist ein Schwebezustand: das Dazwischen-Sein als Sein ganz eigener Qualität (vgl. Uzarewicz 2002, 3).

Die mit Flexibilisierung verbundenen Grenzverschiebungen bedeuten ebenso, dass zunächst Grenzen verwischen, die aber noch da sind und damit Zonen der Unbestimmtheit entstehen. Der Umgang mit der Auflösung von Standards, Schutznormen, Pufferungen und Hierarchieebenen, d.h. der Umgang mit Unsicherheit, Unbestimmtheit und Schwebezuständen, hängt stark von den Ressourcen (Kompetenzen, Kapazitäten, Rechten) der betroffenen arbeitenden Menschen ab. Offene und verdeckte Konflikte, Arbeitsniederlegungen und Erkrankungen verweisen gleichsam auf derartige Grenzprobleme in der Auseinandersetzung um die Verschiebung alter und um die Definition neuer Grenzen - ob zwischen den Akteuren in Institutionen und Betrieben oder durch unterschiedliche Handlungsimpulse innerhalb der Akteure selbst. Divergierende Bezugssysteme haben gleichzeitig divergierender Handlungsstrategien zur Folge, so dass eine innere Ambivalenz entsteht, wenn verschiedene Identifikationen miteinander in Konflikt stehen (vgl. Peter 2008, 198ff.). Wir haben dann das Gefühl, durch eine Entweder-Oder-Entscheidung aus der Falle entkommen zu müssen, aber wir fühlen uns nicht in der Lage, eine Wahl zu treffen. Wenn solche inneren Konflikte durch eine vorschnelle Kopf-Entscheidung gelöst werden, führt das immer in einen faulen Kompromiss, weil eine Seite der Ambivalenz verdrängt werden muss. Hier geht es zunächst darum, den Spaltraum zwischen den Alternativen zu erleben, um die innere Zerrissenheit tatsächlich zu fühlen (vgl. Eberwein 1996, 131), z.B. durch Formen "reflexiver Leiblichkeit".

Ein angemessenes Bewältigungshandeln zur Wiederherstellung und Bewahrung der eigenen Gesundheit ist dabei eine besonders schwierige Aufgabe. Notwendig wird von Seiten der anwendungsbezogenen Wissenschaft "eine neue Form der Professionalität, ... die eine gute Fallkompetenz, als Fähigkeit der praktischen Analyse und kooperativen Bewältigung

konkreter Fälle, mit einer soliden wissenschaftlichen und methodischen Fachlichkeit verbindet" (Peter 2008, 202). Eine Methode, komplexe Zusammenhänge in ihren Wechselwirkungen und in ihrem Werden bzw. in ihrer Entwicklung zu erfassen, ist die Dialektik.

## IV.2 Die Sichtweise einer offenen Dialektik

Dialektik<sup>69</sup> kann verstanden werden als Methode, das Werden oder die Entwicklung eines Lebewesens, eines Sachverhalts oder anderer komplexen Zusammenhänge begrifflich zu fassen. Grundformen einer dialektischen Weltsicht sind die Wechselwirkungen, die Ergänzung von Polaritäten, Rhythmus und Zyklus. Brecht benennt Dialektik in seinem Me-Ti als "große Methode": "Meister Hegel lehrte: Alles was ist, ist nur dadurch, dass es auch nicht ist, d.h. dadurch, dass es wird oder vergeht. Im Werden ist Sein und Nichtsein, ebenso im Vergehen. Das Werden geht über in ein Vergehen und das Vergehen in ein Werden. Aus dem vergehenden Ding wird ein anderes Ding, in dem werdenden Ding vergeht ein anderes. So ist keine Ruhe in den Dingen, noch im Betrachtenden" (Brecht 1983, 129). Waldenfels formuliert Bedingungen, unter denen Dialektik auch in der Phänomenologie fruchtbar gemacht werden kann und benennt dabei drei Gesichtspunkte:

- "a) Die Dialektik betrifft den *Zusammenhang und die Stellung einzelner Momente in einem Ganzen*; sie setzt sich damit ab von einem isolierenden Denken, das die Wirklichkeit auflöst in eine Ansammlung bloß äußerlich verknüpfter Tatsachen oder den Tatsachen von außen her Wesensbestimmungen überstülpt.
- b) Die Dialektik betrifft den *Übergang zwischen den Phasen eines Gesamtgeschehens und dessen Richtung*; sie wendet sich damit gegen ein fixierendes Denken, das das Geschehen festlegt auf isolierte Einzelphasen oder diese degradiert zu bloßen Varianten innerhalb unveränderlicher Wesensstrukturen.
- c) Die Dialektik betrifft den *Wechselbezug zwischen Subjekt und Objekt, Subjekt und Mitsubjekt in einem Konstitutionsprozess*, in dem jene sich zugleich bilden und fortbilden;

---

<sup>69</sup>Dialektik (gr. "dialektike"): "wörtlich Unterredungskunst. Bei Sokrates und Platon ist Dialektik das Verfahren, durch Rede und Gegenrede, Spruch und Widerspruch das Wesen der Dinge schrittweise zu erhellen, um dadurch ihren Ort im Logos eindeutig zu bestimmen ... Zugleich will die Dialektik den durchgehenden Begründungszusammenhang der einzelnen Seinsstufen mit den jeweils übergeordneten allgemeineren Seinsstufen zurückverfolgen, bis zum höchsten und allerwirklichsten Sein, das selber keines Grundes mehr bedarf. ... Nach der Hegelschen Dialektik treibt jede Begriffssetzung (Thesis) aus sich ihren Gegensatz (Antithesis) hervor; beide werden aufgehoben in einem höheren allgemeineren Begriff (Synthesis). Diesem Gesetz der Vernunft entspricht bei Hegel der Werdegang der Geschichte, deren Epochen sich im dialektischen Dreischritt weiterentwickeln (Triade)" (Müller, Halder 1959, 42).

damit widersetzt sie sich einem gespaltenen Denken, das dualistisch Inneres und Äußeres voneinander absondert oder eines auf das andere reduziert." (kursiv im Original, Waldenfels 1977, 144)

Waldenfels plädiert nun für eine Offenheit in der Dialektik, um die potentiell in ihr liegende bzw. hineingedachte Vorbestimmtheit von Entwicklung zu relativieren. So kann Offenheit der Dialektik zunächst bestimmt werden als dreifaches Noch-Nicht: Das Ganze ist noch nicht voll bestimmt, der Prozess ist noch nicht an seinem Ziel; Subjekt und Objekt bzw. Subjekt und Mitsubjekt sind noch nicht völlig miteinander versöhnt und zu sich gekommen. Nach dieser Sichtweise ist Offenheit lediglich ein vorläufiges und potentiell verschwindendes Moment, Widersprüche zwischen den zu vermittelnden Einzelmomenten treiben die Entwicklung voran im Sinne eines ihr innewohnenden Ziels. Diese letztendliche Vorherbestimmung "auf etwas hin" wird nun menschlicher Praxis und menschlicher Geschichte nicht gerecht.

Waldenfels sieht als Kehrseite dieser Bestimmtheit eine Unbestimmtheit, die ihr unaufhebbar anhaftet. Entsprechend einer Logik des Blicks verhalten sich Sichtbares und Unsichtbares zu einander wie Vorder- und Rückseite, wobei "das Nichtsehen ...dem Sehen immanent ist, es ist eine Form des Sehens, also notwendig an das Sehen gebunden" (Althusser 1972, zit. in ebenda 145). Die Offenheit im Sinne einer wesentlichen Unbestimmtheit führt damit zu einer "eigentümlichen Form von Dialektik". Bezüglich der o.g. drei Gesichtspunkten von Dialektik ergibt sich

"a) Die Ganzheit, auf die sich die Einzelmomente beziehen, ist ein *beweglicher Horizont* (entgegen einer totalen Bestimmbarkeit).

b) Das Gesamtgeschehen, dem sich die Einzelphasen zuordnen lassen, ist ein *vieldeutiges Geschehen* (entgegen einer eindeutigen Ausrichtung).

c) Der Wechselbezug von Subjekt und Objekt, von Subjekt und Mitsubjekt gestaltet sich zu einer *ständigen Auseinandersetzung* (entgegen einer endgültigen Versöhnung)" (kursiv im Original, ebenda 145f.).

Der innere Zusammenhang der Einzelmomente und Einzelphasen bliebe somit gewahrt; doch er lässt mit dem Einbezug der Unbestimmtheit Brüche, Einbrüche, Wendungen, Neuanfänge zu, deren Kontingenz nicht durch eine vorgegebene oder vorentworfene Rationalität begrifflich bestimmbar oder aufzufangen wäre.

Bezogen auf Prozesse der Entwicklung von Identität und Gesundheit geht es also nicht nur um Entfaltung von etwas Angelegtem, sondern um dialektische Spannungen gegensätzlicher Pole, die sich nicht gegenseitig negieren, sondern nur in bestimmter Negation: "Indem das

Resultierende, die Negation, bestimmte Negation ist, hat sie einen Inhalt. Sie ist ein neuer Begriff, aber der höhere, reichere Begriff als der vorhergehende; denn sie ist um dessen Negation oder Entgegengesetztes reicher geworden, enthält ihn also, aber auch mehr als ihn, und ist die Einheit seiner und seines Entgegengesetzten" (Hegel 1967, 36). So enthält nach Linehan "jede Dysfunktionalität auch eine Funktionalität, jede Verzerrung enthält Wahrheit; und in jeder Zerstörung findet sich ein Aufbau" (zit. in Geuter 1998, 25). Das wesentliche Prinzip von Linehan ist "die Veränderung im Rahmen der Akzeptanz des Bestehenden" (Linehan in ebenda). Vor diesem Hintergrund gilt es, die Bewusstheit für Polaritäten menschlicher Existenz wie z.B. Spannung und Entspannung, Verschmelzung und Trennung, Ladung und Entladung, zu schärfen und jeweils beide Seiten erlebbar zu machen. Diese Polaritäten sind nicht als statische Gegensätze zu denken, sondern dynamisch, sich gegenseitig durchdringend. Und diese Polaritäten können nach Geuter auch leibhaftig in Szene gesetzt werden - "in einem Tanz zwischen Strategien der Akzeptanz und Strategien der Veränderung", für den auf beiden Seiten unterschiedliche Techniken benötigt werden (vgl. Geuter 1998, 26), mit dem Ziel, sich in Widersprüchen und Polaritäten bewegen zu lernen, ohne daran krank zu werden.

#### **IV.3 Fazit**

Die phänomenologische Haltung basiert auf der Anerkennung der Wirklichkeit, in der wir unmittelbar, unabsichtlich und durch bewusste Ansichten nicht negierbar verwurzelt und bezogen sind. Der Modus des unmittelbaren „Zur-Welt-Seins“ fügt sich nicht ein in die gängigen Dualismen von Subjekt und Objekt, Innen und Außen, Individuum und Gesellschaft - er besteht in der Leiblichkeit. Die gelebte Leiblichkeit ist der Rahmen, in dem sich unsere Handlungen abspielen, der Leib bildet den existentiellen Ort, von dem alles seinen Sinn bekommt.

Indem der Leib in seiner nicht hintergehbaren Verankerung in der Welt unterschieden wird von seinem Aspekt als Körper, der je historisch spezifisch gesellschaftlich geprägt ist und so in seiner Geschichtlichkeit begriffen werden kann, wird es möglich, das Gegebene aus der Perspektive eines „noch nicht“, „nicht mehr“ oder ethischer Grundsätze kritisieren, es rekonstruieren und neu konstruieren zu können und sich vor einem bloß positivistischen Hinnehmen gegebener Zustände zu bewahren.

Als Leibsubjekt ist der Mensch bezogen auf seine Lebenswelt, entwickelt im Leib als Erkenntnis- und Wahrnehmungsorgan seine Identität in Zeit und Raum mit anderen und

durch andere Menschen. Im Leib realisiert sich ein Selbstbezug, der als solcher nur im Fremdbezug, d.h. im Bezug auf andere, fremde Leiber zur Entfaltung kommt. Als gesellschaftliches Wesen ist der Mensch konstitutionell auf Kontakt, Kommunikation und Kooperation mit anderen Menschen angewiesen, so dass sich "die sog. seelischen oder geistigen Störungen samt und sonders als Störungen, als Zerfall oder gar als Entzug des 'Zwischen' verstehen lassen" (Marcel 1986, 25). In der Interaktion mit anderen wird der Sinn der Bewegungen des anderen wahrgenommen: seine Wut oder seine Freude wird miterlebt in dem Augenblick, in dem sie auftreten. Im Leib speichern sich Handlungsmuster und Routinen und bestimmen von dort aus als sedimentierte Erfahrung Empfindungen, Handlungen und Denken. Andererseits ist leibliches Verhalten ein Sich-stets-aufs-neue-Verhalten und aktive situationsbedingte Veränderung. Die Situation ist der Erfahrungshorizont, in dem die Dinge wahrgenommen, behandelt oder ausgeklammert, unterdrückt und verdrängt werden.

Im zwischenleiblichen Verhalten als stets gemeinsamem Verhalten, als praktischer Verweisungszusammenhang oder als Funktionszusammenhang von leiblichen Bewegungen, bildet sich jeweils ein Sinn heraus, der für die an der Situation Beteiligten weder ganz bewusste und gewollt, noch ganz unbewusst und automatisch verläuft. Im Funktionszusammenhang leiblicher Bewegungen verstehen wir einander und uns selbst. Entsprechend sind auch Emotionen von vornherein auf die Welt bezogen und gelten in ihrer zwischenleiblichen Qualität als ein Mitempfinden z.B. im Sinne von Mitgefühl. Der Aufforderungscharakter einer Sache, einer Person oder einer Situation weckt Handlungsmöglichkeiten, ohne dass schon eine ganz bestimmte Handlung vorgeschrieben wäre. Die einzelnen Bewegungen wiederum sind immer aus dem gesamten leiblichen Kontext, aus der Situation heraus zu verstehen.

In welcher Weise nun Identität unter Arbeit und flexibilisierter Lebensverhältnisse Identität in Frage steht, kann möglicherweise eine neue Selbstgewissheit durch Sensibilisierung für leibliche Prozesse gefördert werden:

Bewegungen und Handlungen sind ein aktiv erzeugtes Geschehen, das sich stets in der Gegenwart entwickelt. Ihr Sinn und ihr Ziel sind nicht von vornherein gegeben, sondern erwachsen aus ihrer Aktualität. In jedem aktuellen Verhalten ist gleichzeitig die Vergangenheit mit anwesend, und zwar in der Eigenheit des damals Erlebten, z.B. als Vertrautheit, mit der der Leib sich in seiner Umgebung bewegt. Seine vormalige Erfahrung bleibt in Gestalt eines Horizonts gegenwärtig und verleiht dem seinerzeit Wahrgenommenen

unmittelbar eine gegenwärtige Atmosphäre. Entsprechend ist auch das Zukünftige in Form von impliziten und expliziten Erwartungen, Wünschen, Zielen, Träumen etc. mit anwesend.

Nur mit einer offenen Dialektik lässt dann menschliche Erfahrung und Praxis Neues und Neuartiges entstehen, anstatt bloß zu entfalten, was in einem Kern oder in der Wirklichkeit angelegt ist.

Offen bleibt nun, wie frei die einzelnen angesichts der vielen Einschränkungen sowohl von außen wie von innen handeln können und welche sinnstiftende Unterstützung leiborientierte Theorie und Praxis den an postmodernen Widersprüchen leidenden Menschen bieten kann.

## **IV.2 Umrisse eines Konzepts zu einem leiborientierten Umgang mit flexiblen Arbeits- und Lebensverhältnissen vor dem Hintergrund eines erweiterten Gesundheitsverständnisses**

Mit den beschriebenen Dimensionen der Leiblichkeit wurde eine Betrachtungsperspektive skizziert, vor deren Hintergrund die Thematik des flexiblen Menschen gespiegelt wurde. Um Widersprüche lebbar zu machen, müssen sich postmoderne Arbeitnehmer ständig selbst vergewissern: wie halte ich das aus? Was ist dabei normal? Gibt es ein menschliches Maß? Was will und kann ich mir und anderen zumuten, ohne daran krank zu werden? Welche Herausforderung will ich annehmen und welche nicht? Im folgenden sollen nun Elemente eines leiborientierten praktischen Umgangs mit den Herausforderungen der neuen Arbeitswelt entworfen werden.

Da Menschen in Produktion und Reproduktion ihres Lebens und damit ihrer Lebensbedingungen leiblich involviert sind, werden auch die Wechselwirkungen mit ihrer natürlichen und sozialen Mitwelt leiblich erfahrbar. Dabei spielt in der behandelten Problematik die Frage des Gesund-Bleibens offenbar eine große Rolle (was sich z.B. im Gesundheitsboom der letzten 20 Jahre niedergeschlagen hat). Um den Beitrag leib-/körperorientierter Verfahren im Umgang mit den Herausforderungen der neuen Arbeitswelt in die gegenwärtige Gesundheitsdebatte einordnen, sollen diese Verfahren in den Zusammenhang eines erweiterten Gesundheitsverständnisses gestellt werden. Anschließend werden entsprechend der Bedeutung von Situationen als grundlegender Daseinsformen der Menschen (vgl. Kap. IV.1.3.2) Situationstypen und exemplarische Situationen herausgearbeitet, in denen flexible Menschen einen praktischen, leiblichen Umgang mit Personen und Sachen haben und die jeweils einen eigenen Komplex von praktischen Verweisungszusammenhängen besitzen. Es geht darum, Möglichkeiten aufzuzeigen, wie sich die involvierten Menschen in "reflexiver Leiblichkeit" über sich und ihre aktuellen, vergangenen und zukünftigen Bezüge in den jeweiligen Situationen gewahr und bewusst werden können: was sie wie explizieren können, wie sie sich in ihren widersprüchlichen Handlungsanforderungen bewegen können, wie sie ihre Ungewissheiten aushalten können, wie sich ihrer selbst vergewissern, mit Neuem experimentieren und sich selbst auch loslassen bzw. "entschleunigen" können.

#### **IV.2.1 Leiborientiertes Verständnis von Gesundheit und Krankheit**

Um sich im Gesundheitsbereich zu positionieren und zu begründen, warum und in welcher Form Psychomotorik bzw. Motologie in Prävention bzw. Gesundheitsförderung einen spezifischen Beitrag leisten kann, soll zunächst ein um die leibliche Dimension erweitertes Gesundheitsverständnis skizziert werden, um dann Situationen leiborientierter Interventionen zur Stärkung und Entlastung von in postmodernen Arbeitsverhältnisse Tätigen darzustellen.

Ein erweitertes Gesundheitsverständnis besteht in der Einbeziehung des Leiblichen im Umgang mit sich und seiner Mitwelt. Gesundheit/Krankheit gelten einerseits als subjektive Widerfahrnis, als nicht verfügbar und herstellbar. Andererseits ist Gesundheit abhängig von der individuellen Lebensweise sowie der jeweiligen Lebens- und Arbeitsbedingungen so dass sind die Bedingungen, unter denen Menschen gesund bleiben können, entsprechend zu beeinflussen sind.

Rückgreifend auf Ergebnisse der Salutogenese- und Resilienzforschung versteht die Motologie dabei Gesundheit als Ergebnis eines dynamischen Wechselverhältnisses von belastenden und schützenden Faktoren. Gesundheit wird als Gradient gesehen, der auf einer imaginären Achse zwischen zwei Polen hin und her wandert, wobei es darum geht, sich dem gesunden Pol optimal zu nähern und den Krankheitspol in Schach zu halten und zu bemeistern (vgl. Seewald 2006, 288).

Das Gleichgewicht von Belastungs- und Bewältigungspotentialen muss in jeder Lebenssituation und über die Lebensspanne immer wieder neu gefunden werden. Dies geschieht um so besser, je mehr der "Kohärenzsinn" (Antonovsky) ausgeprägt ist, d.h. ein Selbstverständnis, sich als Teil einer versteh- und beeinflussbaren Umwelt zu begreifen, in der die Verfolgung individueller und kollektiver Ziele sinnvoll und machbar erscheint. Die Herausbildung des Vertrauens darauf, das eigene Leben kontrollieren zu können, ist ein zentraler Schlüssel zur Gesundheit des Menschen. Der Kohärenzsinn fungiert als unspezifische Widerstandsressource gegen gesundheitliche (Über-)Beanspruchungen. Seine Kernbegriffe Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Sinnhaftigkeit lassen sich problemlos den psychomotorischen Ansätzen in verschiedener Gewichtung zuordnen (Seewald 2006, 287). So wird z.B. im verstehenden Ansatz (vgl. Seewald 2007) auf die Bedeutsamkeit von lebensgeschichtlich sich entwickelnden Sinnthemen verwiesen. Wird in der täglichen Arbeit der Eigen-Sinn verloren, leidet der Mensch bis hin zu körperlichen Manifestationen.



Existenziell für die eigene Gesunderhaltung ist demnach auch die persönliche Sinnfindung. Eine leibliche Kohärenz kann sich möglicherweise in einem Empfinden ausdrücken, das sich bemerkbar macht, wenn die Organisation von Erfahrungen zu einem subjektiv stimmigen Ganzen gelingt.

Veränderungen dessen, was als Gesundheit/Krankheit empfunden wird, beeinflussen immer alle Elemente der "bio-emo-psycho-sozialen" Einheit des Menschen, d.h. alle Komponenten des Leibes und seiner Beziehungen zur sozialen und natürlichen Mitwelt.

Eine Form, gesellschaftliche Widersprüche zu verarbeiten, ist Krankheit – verstanden als angemessene, "gesunde" Antwort auf kranke Verhältnisse. Indem Menschen auf flexibilisierte Arbeitsbedingungen mit chronisch-degenerativen Massenerkrankungen sowie mit Identitätskrisen antworten, reagieren sie damit leiblich auf die Infragestellung und Zersetzung anthropologischer Grundqualitäten, wie z.B. Intensität, Verbindlichkeit und Nachhaltigkeit sozialer Kontakte, Sinnhaftigkeit eigener Tätigkeit und Biographie, eine gesunde Polarität von Beharrung und Veränderung usw.

Das inzwischen zu einem Massenphänomen gewordene Krankheitsbild der Depression zeigt exemplarisch, wie ständige Selbst- und Fremdüberforderung zu einer Stillstellung des eigenen Körpers und zu einem Gefühl innerer Leere und Sinnlosigkeit gerät. Wenn Krankheitssymptome als Warn- oder Haltesignal des Leibes auf Selbst- und Fremdüberforderung oder bei chronischer Überlastung betrachtet werden, kann das im körperlichen Leiden sich Zeigende als kritische leibliche Botschaft verstanden werden, z.B. die Lebensweise oder das Verhältnis zu anderen Menschen zu verändern und angenehmere Zustände anzustreben.

Ein weiteres wichtiges Moment der Entstehung von Krankheit ist das kulturelle Selbstverständnis von Gesundheit/Krankheit. Da die Leitnorm des flexiblen, immer verfügbaren und einsatzbereiten Menschen vielfach verinnerlicht ist, kann Arbeitskrankheit und -gesundheit nicht allein als ein blinder Effekt bestimmter Arbeitsbedingungen gesehen werden, sondern auch als Ergebnis des Handelns in und unter diesen Bedingungen. Die dabei stattfindende Gewichtung zwischen verschiedenen, häufig sogar gegenläufigen Bedürfnissen greift dabei auf bewährte Verhaltensmuster zurück, die im leiblich verankerten kulturellen Selbstverständnis wurzeln. Ein wichtiges Element davon ist die verbreitete Vorstellung, der Körper funktioniere im Prinzip wie eine Maschine, die eben ab und zu mal repariert werden muss, jedoch langfristig im Arbeitsprozess verschlissen wird. Diese Vorstellung organisiert das Sich-Abfinden mit der Zumutung des Gesundheitsverschleißes, indem dieser einfach als "normal" empfunden wird. Um diese Selbst-Verständlichkeit zu hinterfragen, geht es darum, Leitnormen als verinnerlichtes kulturelles Selbstverständnis

leiblich zu reflektieren. Mit dem Bild des Körpers als flexibles System (und nicht mehr als gegliederte und funktionierende Maschine) scheint sich dieses Selbstbild inzwischen zu ändern und z.B. in der breiten Annahme von Wellness-Angeboten und dem damit einhergehenden Appell der Selbstsorge einen neuen Ausdruck gefunden zu haben.

Ob ein Mensch eine Veränderung seiner selbst als Krankheit oder Normalität im Rahmen des Spektrums seiner Befindlichkeiten wahrnimmt, ist zunächst eine subjektive Entscheidung, die mit dem Leiden an seiner leiblichen Verfasstheit und/oder mit seinen Beziehungen zur Mitwelt zu tun hat. Angenommen wird, dass ein Mensch mit dem Spektrum seiner Wahrnehmungsmöglichkeiten potentiell kompetent, d.h. Experte seiner selbst ist bzw. sein kann. Damit werden Diagnose- und Behandlungsverfahren der Schulmedizin nicht grundsätzlich in Frage gestellt, allerdings sind Selbstwahrnehmung und Leibbewusstsein im Sinne einer Verantwortung für sich selbst oft verschüttet und im Sinne der Erweiterung der Selbstkompetenz wieder zu entdecken.

Wenn Gesundheit trotz aller Verborgtheit in einer Art Wohlgefühl zutage tritt, ist es wichtig, Lebensfreude und Genussfähigkeit zu entwickeln. In diesem Sinne gilt es, "im Leben nicht *das* rechte Maß, sondern *sein* rechtes Maß zu finden" (Seewald 2006, 288). Da Belastungen und Stress beim Menschen nicht nur bei Gefährdung des bloßen Überlebens, sondern auch bei Gefährdung *sinnvollen* Überlebens entstehen, ist das rechte Maß auch auf die Sinnhaftigkeit persönlichen Handelns zu beziehen.

Weitere wichtige Bezugstheorien des Gesundheitsverhaltens sind Gesunde-Lebensweise-Modelle und Diätetik-Modelle (vgl. ebenda). Ein Indikator für die zunehmende "Sorge um sich" ist die wachsende Nachfrage nach Fitness- und Wellnessangeboten als eine Möglichkeit, der zunehmenden Stressbelastung und Bewegungsarmut etc. zu begegnen.

Indem auch das Nicht-Kontrollierbare und Nicht-Verfügbare des eigenen Leibes wahrgenommen und akzeptiert werden, können auch die Anmutungen der allseitigen Selbstkontrolle relativiert und leibliche Botschaften als Hinweise zur Veränderung der eigenen Lebensweise verstanden werden. Da der Mensch als gesellschaftliches Wesen gleichzeitig konstitutionell auf Kontakt, Kommunikation und Kooperation mit anderen Menschen angewiesen ist, können sich mit Marcel "die sog. seelischen oder geistigen Störungen samt und sonders als Störungen, als Zerfall oder gar als Entzug des 'Zwischen' verstehen lassen" (Marcel 1986, 25). Daher kommt es darauf an, Wechselwirkungen und Resonanzen mit seinen Mitmenschen in reflexiver Leiblichkeit wahrzunehmen und ggf. zu verändern.

Mit dem hier skizzierte Gesundheitsverständnis erhält Prävention bzw. Gesundheitsförderung einen zentralen Stellenwert. Das Konzept der Gesundheitsförderung wird als geeignet angesehen, den Herausforderungen der postmodernen Arbeit zu begegnen (siehe Kap.III.3.3). Gleichzeitig ist Gesundheitsförderung eines der Paradigmen der Körper- und Bewegungsarbeit<sup>70</sup> (vgl Seewald 2006, 282), die es der Psychomotorik und ihren professionellen Berufsbildern Motologie und Motopädie erlaubt, an aktuelle Themen und Trends Anschluss zu gewinnen, die eigene Legitimation zu untermauern und sie passfähiger für manche Institutionen und Arbeitsfelder zu machen. Ihre Konzepte überschneiden sich in wesentlichen Bereichen mit dem Konzept der Gesundheitsförderung. So haben beide Ansätze folgende Prinzipien gemeinsam:

- Stärkung der Persönlichkeit des Menschen
- Berücksichtigung der Einstellungen, Fähigkeiten und Dispositionen des einzelnen
- Anerkennung des Menschen als Experten der eigenen Situation und als Akteur seiner eigenen Entwicklung
- Relativierung der Expertenrolle und eher begleitende Rolle der fördernden Person
- Entwicklung von Sensibilität für krankmachende Arbeits- bzw. Lebensbedingungen
- Förderung mit Blick auf soziale Netzwerke, den Hintergrund der Familie, Freunde, Kollegen und den biographischen Kontext.

Gesundheitsförderung und Motologie haben über den rein kognitiven und informationellen Umgang mit Risiken, gesundheitsschädigenden Gewohnheiten und Einstellungen hinaus den Vorteil, Gelegenheiten und Raum für ein leiborientiertes und sozial eingebettetes Suchen und Ausprobieren neuer Wertorientierungen und Verhaltensmuster anzubieten.

Hier spielt - dem Ansatz der Ottawa-Charta folgend - der Begriff des "empowerments" eine wichtige Rolle. Empowerment geht davon aus, dass viele Fähigkeiten beim Menschen bereits vorhanden oder zumindest möglich sind, vorausgesetzt, man schafft Handlungsmöglichkeiten. Mit empowerment sollen Selbstwertgefühl und Ressourcen gestärkt werden, innere und äußere Bedingungen zu hinterfragen, sie ggf. zu verändern oder damit umgehen zu können (vgl. BVDM 2003, 3ff.).

Ruth Haas hat gezeigt, dass auf Basis entwicklungstheoretischer Überlegungen Entwicklungs- bzw. Lebensthemen (und damit auch Themen des Umgangs mit Krisen, mit Krankheit und Gesundheit, mit Grenzen und Veränderung etc.) in leiborientierten

---

<sup>70</sup>Dies sind folgende 4 Paradigmen: das pädagogisch-bildungstheoretische, das therapeutische, das entwicklungsfördernde und das gesundheitsfördernde (vgl. Seewald 2006, 282).

Bewegungsangeboten dargestellt bzw. verarbeitet werden können (vgl. Haas 1999, 214ff.). Das Beispiel der Anwendung von "Gesundheitsmapping" in einem Konzern mit 30000 Mitarbeiter/inne/n zeigt, dass sich der Blick auf den eigenen Körper als gesundheitsfördernde Maßnahme auch innerhalb von Unternehmen anbahnen lässt. Gesundheit hat so auch mit dem Weg zu tun, wie man in widersprüchlichen Verhältnissen zu sinnhaftem Handeln, zu leiblicher Erkenntnis und widerständiger Alltagspraxis gelangt. Für eine gesundheitsförderliche und sinnhafte Arbeit kann somit ihre subjektive Bewertung nicht ausgeblendet werden, die Reflexion darüber kann nicht nur individuell sondern im gemeinsamen Erfahrungsaustausch geschehen. Darüber hinaus ist es unabdingbar, die jeweiligen subjektiven Arbeitserfahrungen, leiblichen Befindlichkeiten und die leibliche Eingebundenheit der Menschen im Kontext der betrieblichen Bedingungen sowie der nicht-beruflichen Lebenssphäre zu berücksichtigen.

#### **IV.2.2 Bedingungen einer gesundheitsförderlichen Arbeitskultur**

Hien kommt in seiner Studie über "Älterwerden und Gesundheit in IT-Berufen" zum Ergebnis, dass gesundes Älterwerden in der Arbeit "kommunikativen Freiräume und damit auch Möglichkeiten einer solidarischen differentiellen Arbeitsgestaltung" voraussetzt. Dies beinhaltet z.B., die Arbeitsorganisation entsprechend der unterschiedlichen Fähigkeiten und Neigungen der Arbeitsgruppen- oder Teammitarbeiter/innen gestalten. Zu einer neuen Arbeitskultur gehört auch, Regelungen zur Arbeitszeit und dabei insbesondere Regelungen für Entlastungsphasen diskursiv vorzubereiten und in den Arbeitsprozess einzubauen (2008, 109). Hien schlägt regelmäßige Workshops bzw. Gesundheitszirkel vor, auf denen Projektmitarbeiter auch über ihre Belastungen und Entlastungsmöglichkeiten reden können. Im Vorfeld bzw. als Rahmenbedingung müsste es darüber hinaus jedoch ermöglicht werden, "widersprüchliche Arbeitssituationen, die zu einer Arbeitsintensivierung und -extensivierung im Projekt beitragen, zum Gegenstand der regulären Kommunikation im Unternehmen zu machen" (Hien 2008, 110).

Mit Kuhn muss im Gesundheitsdiskurs innerhalb und außerhalb von Unternehmen Sinn und Gesundheitsförderlichkeit von Arbeit auch in ihrer gesellschaftlichen Dimension gefasst werden. Dementsprechend sind in betriebliche Debatten um Gesundheit auch Fragen einzubeziehen, *wie, was, in welcher Weise und in welcher Zeit* hergestellt werden soll, ebenso wie der Zusammenhang von Arbeit und Nichtarbeit und von beruflicher und nichtberuflicher Lebenssphäre thematisiert werden kann (vgl. Kap. II.3.5).

Gesundheitspräventiv reflektiert werden muss auch die kurzfristige Orientierung markt-orientierten Denkens und Handelns und ihre Wirkung auf die eigene Gesundheit und Identität.

#### **IV.2.3 Situationen leiborientierter Interventionen**

Wie in Kapitel IV.1.6.3 dargelegt, ist eine Situation eine Gemengelage von Aufforderungscharakter, von Gesetzen, Regeln, eingefleischtem Habitus, Atmosphäre, aber eben auch der Handlungsfreiheit, sich in einer bestimmten Weise für eine bestimmte Handlung zu entscheiden. Potentiell kann jeder und jede als Teil des sozialen Verhältnisses in mit anderen geteilten Situationen eigenes und fremdes Verhalten auf unproduktive oder krank machende Habitualisierungen hin befragen und diese mit entsprechenden Veränderungskompetenzen ggf. in aktuellen Situationen verändern.

Es erscheint im Sinne menschlicher Handlungsfähigkeit und Selbstbehauptung sinnvoll, die hier aufgeführten Bestimmungsfaktoren einer Situation wie leibliche Eingebundenheit, wechselseitige Einlebung, Aufforderungscharakter, Sinnzusammenhang und Offenheit auf die Analyse von Arbeitssituationen anzuwenden und - da alle diese Faktoren mit dem persönlichen Erleben zu tun haben - den Betroffenen persönliche Kompetenzen einer leibphänomenologischen Situationsanalyse zu vermitteln.

Der Situationsbegriff bietet so wichtige Anknüpfungspunkte für eine Arbeitsgestaltung, die situatives Bewältigungshandeln ermöglicht und hoch anschlussfähig an Coping-Konzepte sowie an Konzepte primärer Arbeitspolitik ist. Damit könnten durch eine verstehende Rekonstruktion von Situationen auf Grund der dort gemachten leiblichen Erfahrungen, ihrer Reflexion und Explikation einzelner Faktoren Konstellationen herbeigeführt werden, die Grundformen menschlicher Selbstbehauptung sowohl in der Arbeit als auch in anderen Lebenszusammenhängen ermöglichen.

Im folgenden sollen nun jene Situationstypen und Situationen als Erfahrungshorizont dargestellt werden, in denen Menschen als einzelne und als Gruppe die besondere Qualität leiblichen Spürens und Erlebens von sich selbst und anderen Menschen und Dingen wahrnehmen, erfahren und reflektieren können. In welchen lebensweltlichen Bereichen (Arbeitsplatz, das Zuhause, Weiterbildung, Gesundheitszirkel o.ä.) dies angemessen und praktikabel geschehen kann, hängt jeweils ab von individueller Bereitschaft und Offenheit der Teilnehmenden sowie von Problemlage, Zielstellung, Zielgruppe, institutioneller Einbindung, Organisationsform, Ort und Zeit der Situation.

#### **IV.2.3.1 Situationen zur Erfahrung und Entwicklung des Spürsinns**

Auch wenn sich leibliche Überbeanspruchung und gute Leistung nicht ausschließen, besteht die Gefahr, mit der Hingabe an grenzenlose Arbeit seine eigenen Grenzen dauerhaft zu überschreiten, seine gesundheitliche Verfassung zu untergraben sowie in Widersprüche von Arbeit und Lebenswelt zu geraten. An dieser Stelle wird es wichtig, ein Gespür für eigene Befindlichkeiten, Bedürfnisse und Grenzen, für fremde Anmutungen, für eigene Entwicklungs- und Lernpotentiale, für Eigenzeiten etc. zu entwickeln und zu differenzieren: um Spannungen zu registrieren, Signale des Körpers als Warnsignale für belastende Arbeitsbedingungen zu verstehen und unerwünschten Grenzüberschreitungen rechtzeitig entgegen zu wirken.

Im Gefolge der Einsicht, sich neben der Instrumentalisierung des Körpers auch "den Gewissheiten der gelebten Erfahrung" (Gorz 1994, 256) wieder zu öffnen, kann die Entwicklung des Spürsinns und der damit verbundenen Wahrnehmung dazu beitragen, das eigene Leben reichhaltiger, freudvoller und selbstsicherer zu gestalten. Denn "ohne klare und verfügbare Empfindsamkeit verlieren wir den Kontakt mit unseren Bedürfnissen, unserem organismischen Zustand, unserer Lage in der Welt und unserem Verhältnis zu unserer Umgebung" (Kepner 1986, 148).

Zunächst geht es bei der Entwicklung des Spürsinns um die Förderung der Wahrnehmung der körpernahen Sinne: Tastsinn, Gleichgewichtssinn, die kinästhetische Wahrnehmung, die Wahrnehmungen der Atmung und Wahrnehmungen aus dem viszeralem System. So wird z.B. mit der taktilen Körperwahrnehmung der Haut als elementare Kontaktgrenze des Ichs zur Mitwelt eine stabile Trennung zwischen Innen/Selbst und Außen/Anderen erlebbar, was wiederum das Gefühl innerer Einheitlichkeit und Sicherheit im Sinne eines stabilen Identitätsgefühls fördert. Die kinästhetische Wahrnehmung gibt uns Rückmeldung über Bewegungsaktionen sowie über Stellung und Spannungszustände der Muskulatur. Durch den Muskeltonus in der Körperhaltung wird ein Ausdruck des In-der-Welt-Seins spürbar, z.B. bei Anspannungen etwa im Gesicht. Auf diese Weise werden der eigene Bewegungsspielraum als elementarer Einflussbereich, die eigene Angespanntheit als körperlicher Ausdruck leiblichen Empfindens, aber auch Bewegungsimpulse, eigene Kraft- und Energiepotenziale und persönlichkeits-eigene Bewegungs- und Haltemuster wahrnehmbar. Mit der bewussten Wahrnehmung der Atmung, ihrer Bewegung und auf Veränderungen ihres Rhythmus oder ihrer Tiefe wird die Aufmerksamkeit auf die

Innenräume des Bauch-/Brustbereichs gerichtet. Spürbar werden können Anspannungsniveaus, die sich z.B. durch langfristige Belastungen in entsprechenden Atemmustern ausdrücken. Umgekehrt lässt sich durch bewusstes Atmen eine leibliche Entspannung bewirken. In der Wahrnehmung des inneren Erlebens, z.B. von Regungen des Unbehagens wie Enge- oder Schmerzempfindungen, fließen die Informationen aus dem taktilen, dem vestibulären, dem kinästhetischen, dem viszeralen Bereich und dem Atembereich als Grundlage unserer Befindlichkeit zusammen (vgl. Beckmann-Neuhaus 2007, 212). einstellen. Das Spüren kann sich auf den eigenen Körper bzw. einzelne Körperteile, aber auch auf die Wirkung des Atmosphärischen von Räumen, Materialien und Menschen richten, z.B. auf Veränderungen der eigenen Haltung, die sich z.B. unwillkürlich während eines Gesprächs vollziehen.

Im „felt sense“ des "Focusing" (siehe Kap. IV.1.5.4) kann sich ein Erlebnis oder eine Situation als umfassendes körperliches Gefühl, als komplexe Wahrnehmung niederschlagen. Bezogen auf das Antwortverhalten auf den Aufforderungscharakter von Dingen bzw. auf den Widerfahrnischarakter des Spürens lautet die Formel "Ding, was willst Du von mir?" (vgl. Seewald 2007, 111).

All diese Wahrnehmungen ermöglichen dann Antworten auf die Frage "Wie erlebe ich die Situation"?

Leibliches Spüren zu erlernen, erfordert eine Haltung und Einstellung, "bei der man erst einmal etwas erprobt, ohne sich vorschnell etwas beweisen zu müssen. Es ist zu Beginn weniger Lernen als Entdecken von Verbindungen, Geschehen, Unterschieden und Veränderungen. Wie lerne ich, wenn ich etwas lerne? Wie beachte ich meine Möglichkeiten zu antworten? Wie werde ich empfindsam für die Unterschiede zwischen anerzogener Gewohnheit und aktueller freier Wahl? Scheinbar vertraute Unterschiede zwischen oben und unten, vorne und hinten, rechts und links, klein und groß, rasch und langsam, gewollter und unerlaubter Bewegung werden neu erfahren und bewusster" (Milz 2001, 211f.).

Um diese Befindlichkeiten wahrnehmen und differenzieren zu lernen, gibt es eine Reihe von Bewegungs- und Wahrnehmungsübungen, die z.B. in Psychomotorik-Einheiten, in fernöstlichen Kampfsportarten und Körperphilosophien wie z.B. Qi-Gong oder Tai-Chi, aber auch in den Angeboten des Wellness- und/oder Entspannungsbereichs gelernt und praktiziert werden können.

#### **IV.2.3.2 Situationen des Miteinanders, der Resonanz und der gemeinschaftlichen Selbstsorge**

Um nicht an den inneren Widersprüchen verrückt zu werden, sind die Individuen im eigenen Interesse gefordert, über das Funktionieren der Verhältnisse und ihren eigenen Anteil daran hinaus auch anderen gegenüber offener zu werden und miteinander ins Gespräch zu kommen, um - möglichst gemeinsam - Schutzmechanismen, Regelungen etc. zu entwickeln. Die potentielle Nähe und Symbolhaftigkeit leiblicher Resonanz kann diese Prozesse intensivieren und erleichtern. Der Leib ist deshalb als Resonanzkörper im Zusammenhang mit der Öffnung des flexiblen Arbeitnehmers für seine soziale Umwelt geeignet, weil die Menschen dieses Umfelds über ihren physischen und habituellen Leib alle in prinzipiell gleicher Weise leiblich präsent und betroffen sind, mögen ihre kognitiven und affektiven Reaktionen darauf noch so unterschiedlich sein. In den Situationen, in denen wir uns befinden, sind die Bewegungen der Beteiligten aus dem gesamten leiblichen Kontext heraus zu verstehen. Indem wir einander in einem entsprechenden Funktionszusammenhang leiblicher Bewegungen verstehen, verstehen wir auch uns selbst.

Unabhängig von der Reichweite und Gültigkeit einzelner Theorieansätze gibt es über die physiologischen Grundbedürfnisse des Menschen hinaus ein Grundstreben nach Liebe, Zugehörigkeit, Freundschaft, Anerkennung und Sinn, die alle auf die Mitmenschen verweisen. Im Unterschied zur Einzelkämpferideologie in der Konkurrenzgesellschaft ist es für ein sinnerfülltes Leben elementar, soziale Anbindungen zu haben: in der Familie, im Freundeskreis, in der Nachbarschaft, in der Gemeinde, im Verein, in der Peer-Group usw. Grundlage dessen ist immer das Wahrgenommen-Werden und Angenommen-Sein um seiner selbst, nicht um der Schönheit oder der Leistung willen. Wir können uns nicht anders als kommunikativ kohärent machen: „Ich bleibe zusammenhanglos, wenn ich andere nicht mit einbeziehe. Die Frage, wie ich leben will, muss lernen, wir zu sagen“ (Gramsci, zit. in Haug, 1996, 27).

So beschreibt Sennett, wie sich arbeitslose Programmierer in einer Selbsthilfegruppe einander öffneten und sich aufeinander einließen, um das Geschehene (ihre Entlassung aus der Firma) mit ihrer Geschichte und der jeweils eigenen Rolle zusammenhängend zu deuten. Diese Suche nach Verstehen und Sinn im Erzählen ist laut Sennett auch Ausdruck der wieder erwachenden Sehnsucht vieler Menschen nach der Verwurzelung in dem „Wir“ angesichts der Zersplitterungswirkung des gegenwärtigen Kapitalismus. Die dialogische



Suche der in ihrer Erfolgsorientierung gescheiterten Programmierer nahmen dem Scheitern den Stachel der Verzweiflung. Die innere Zielvorstellung „Erfolg“ veränderte sich dabei in „Erfüllung“, und zwar auf der zwischenmenschlichen Ebene (Sennett 1998, 178f.).

Eine leibliche Möglichkeit des gegenseitigen Verstehens ist der "psychomotorische Dialog"<sup>71</sup> als Möglichkeit, sich in Andere "einzuleiben" (vgl. Schmitz 1986, 84). Das, was der andere erlebt und leiblich ausdrückt, kann in der Resonanz des eigenleiblichen Spürens auf eine primäre Art und Weise verstanden werden, und zwar nicht im Sinne von Einfühlung oder Projektion, sondern "indem man sich eigentümlich berührt fühlt" (ebenda 89). Erfahrungen in Workshops zeigen, dass über das nachahmende Hineinschlüpfen in die Körperhaltung und/oder Bewegung eines anderen diese Person wesentlich besser "verstanden" werden konnte als dies nach einer bloß verbalen Beschreibung möglich gewesen wäre (vgl. Noé, Schröder 2000, 102ff.) Wichtig im Sinne einer "reflexiven Leiblichkeit" ist die anschließende reflexive und verstehende Annäherung an Problemlösungsmöglichkeiten (vgl. Seewald 2007).

Eine derartige Form gegenseitigen Verständnisses kann auch in Kommunikations- und Aushandlungssituationen auf betrieblicher Ebene angewandt werden. Wenn, wie im Beispiel von IBM, Berufstätige unterschiedlicher Bereiche eines Betriebes, z.B. Service-Geber und Service-Nehmer, nur in ihrer jeweiligen Funktion agieren, kommen sie in eine Dynamik, wo jeder jeden "fertig macht". Um einem derartigen, selbstzerstörerischen Verhalten entgegenzuwirken, ging es darum, die Situation als Verhältnis von Funktion zu Funktion zu unterbrechen, sich als Individuen zu betrachten und sich miteinander auseinander zu setzen. Ein erster Schritt bestand darin, dass Techniker und Vertriebsmitarbeiter, Ältere und Jüngere, Männer und Frauen sich gegenseitig zuhörten (vgl. Glibmann 1999, 41). Im psychomotorischen Dialog könnten sie sich darüber hinaus auch in leiblicher Resonanz verstehen lernen und in leiblicher Reflexivität gemeinsam nach Lösungen suchen.

Eine Möglichkeit eine leiborientierte Gesundheitsförderung anzubahnen, ist das sog. "Gesundheitsmapping". Damit ist eine Methode bezeichnet, die international seit vielen Jahren zur Erhebung von Daten, zur Ermittlung und Beurteilung von Gefährdungen sowie zur Entwicklung von Schutzmaßnahmen und Mobilisierung der Beschäftigten zum Thema Gesundheit dient. Im wesentlichen sind die Elemente dieser Methode aus der betrieblichen Gesundheitsförderung bekannt: die Einbeziehung der Beschäftigten in Analyse sowie

---

<sup>71</sup> "Psychomotorischer Dialog" ist eine Form szenisch-leiblichen Verstehens und steht für die grundsätzliche Akzeptanz verschiedener Lebensformen und betont den Respekt vor der Individualität jedes Menschen, wobei der Begriff „Dialog“ das gleichberechtigte Verhältnis der Dialogpartner betont. Es wird nicht unterschieden in gut und schlecht, richtig und falsch, normal und unnormal oder in auffällig und unauffällig

Entwicklung und Umsetzung von Präventivmaßnahmen, höhere Akzeptanz von Maßnahmen, wenn die Beschäftigten an der Entwicklung der Maßnahmen beteiligt waren. Das Neue am Gesundheitsmapping ist die visuelle bzw. kontemplative Orientierung der Beteiligten auf ein Abbild ihres Körpers: indem die Stellen des Körpers, an denen es schmerzt bzw. an denen Belastungen deutlich werden, innerhalb von Körperrissen aufgemalt bzw. gekennzeichnet werden. Die Verwendung von Visualisierungen des eigenen Körpers auf Bildern hilft, Verbindungen zwischen Gesundheitsproblemen der einzelnen und Gesundheitsrisiken am Arbeitsplatz herzustellen. Gefährdungsbeurteilung und die Entwicklung von Präventivmaßnahmen sind Bestandteil desselben Prozesses (vgl. Köhnen o.J.).

Gesundheitsmapping kann so als Anwendung von Wrights "lokaler Theorie", betrachtet werden, indem von den Betroffenen ein lokales Gesundheitsproblem vor Ort konkret beschrieben, lokale Ursachen erforscht und konsensuell eine angemessene Lösungsstrategie entwickelt wird (vgl. Wright 2006, 68).

Allerdings erscheint es angesichts widersprüchlicher Handlungsaufforderungen und grundsätzlicher Interessenkonflikte realistischerweise als eher schwierig, tatsächlich nachhaltig vertrauenswürdige und verbindliche soziale Beziehungen aufzubauen.

In diesem Sinne ist es zweckmäßig, auf der einen Seite die zeitlichen und sozio-emotionalen Ressourcen von Familie und Freundeskreis als elementare Unterstützung wertzuschätzen und auf der anderen Seite sich aus eigener Initiative soziale und kulturelle (Schutz-)Räume des Andersseins zu organisieren. Sie ermöglichen, sich auf Basis ähnlicher Erfahrungen darüber klar zu werden, worin Bedingungen und Widersprüchlichkeiten des eigenen Handelns bestehen. Dazu gehört z.B., sich in berufsbezogenen Netzwerken zu engagieren, in denen man sich gegenseitig austauscht und unterstützt. Belastungen, Gefühle, persönliches Scheitern etc. können und dürfen thematisiert werden - ohne Angst vor Sanktionen und ohne Angst, im Beruf oder in den privaten Beziehungen nicht mehr wertgeschätzt und anerkannt zu werden. Dort können aber auch Möglichkeitsräume für Situationen geschaffen werden, in denen sich vermittelt reflexiver leiblicher Bezüge Authentizität und widerständige Potentialität entfalten lassen.

#### **IV.2.3.3 Situationen der Selbstvergessenheit und der Lebensfreude**

Wenn Gesundheit und Lebendigkeit sich darin zeigen," dass wir vor lauter Wohlgefühl unternehmungsfreudig, erkenntnisoffen und selbstvergessen sind und selbst Strapazen und

Anstrengungen kaum spüren" (Gadamer, 1994, 144f), sind Spielsituationen besonders geeignet, Bewegungsfreude, Funktionslust und geselligen Kontakt zu initiieren und zu erleben. In der damit verbundenen Selbstvergessenheit dienen sie oft als Gegenpol zu "gespürigen" und metaphorischen Situationen. Spielsituationen betonen eher die Unvermitteltheit und Nicht-Reflexivität des Im-Spiel-Aufgehens, sind spaßorientiert und wirken entspannend. Aus eigenen Erfahrungen in der Durchführung von leiborientierten Stressbewältigungskursen in Erfurt und Güstrow betonen Teilnehmer/innen nach anfänglichen Zweifeln immer wieder, wie sehr sie u.a. Spiele, die sie als Kinder gespielt haben (wie z.B. Fangspiele), genossen haben, wie gelöst und frei sie sich dabei wieder gefühlt haben.

Hohe soziale Befriedigung entsteht auch im Zusammenspiel, bei dem der einzelne nicht für sich selber spielt, sondern in das Spiel der Anderen "einstimmt" (Waldenfels 2000, 290). Ein ebensolches Ineinander-Übergehen und Aufeinander-Eingehen von Handlungen sind Spiele, in die man involviert ist.

#### **IV.2.3.4 Metaphorische Situationen**

Dazu eignen sich fast alle Situationen, die eine zweite Ebene zulassen. So kann z.B. die Metaphorik einer Bewegung in der Rückwendung auf den einzelnen und seine Lebensgewohnheiten bestehen. Sie setzen eine bestimmte symbolische Kompetenz voraus und sind daher für zwischenmenschliche Beziehungen im privaten wie beruflichen Bereich geeignet. (vgl Seewald, 2007, 109f.)

So werden z.B. 2 Partner aufgefordert, über ein Seil Kontakt aufzunehmen, ohne dabei zu sprechen. Dabei kann ein lustvolles Gezerre entstehen, eine/r kann die Führung übernehmen, andere Paare können sich nicht einigen usw. Dabei können typische Kommunikationsmuster, der Umgang mit unklaren Situationen oder Anpassungsverhalten (wieder-)erkannt werden (vgl. Seewald 2007, 109).

Ein Beispiel aus der "Focusing"-Leibreflexion zeigt, wie Empfindungen mit unwillkürlichen und gleichzeitig bedeutsamen Bewegungen verbunden sein können und letztere zu Indikatoren werden können, die den Anfang eines Erkenntnis- und Entscheidungsweges zeigen:

"Eine Frau kommt in die erste Sitzung und klagt, dass sie sich sehr deprimiert und ängstlich fühle, außerdem trinke sie wieder mehr. Der Hauptauslöser für diese Symptome sei ihre erwachsene Tochter, die Probleme habe, ihr Leben in den Griff zu bekommen. *Ich fühle*

*mich so schuldig, dermaßen verantwortlich und versuche ihre ganze Situation zu verbessern. Dann fühle ich mich aber noch schlechter, ärgere mich, habe einen Groll, wenn nichts zu funktionieren scheint. Ich weiß, es sind ihre Probleme, aber ich wünsche mir, dass ich etwas tun könnte, ihr zu helfen.'*

Während sie das sagt, bemerke ich, dass die Klientin eine sehr ausgeprägte Bewegung macht, indem sie mit den Fingerspitzen ihren Brustkorb berührt und dann ihre Hände vor sich ausbreitet, bis ihre Arme ausgestreckt und ihre Handflächen nach oben gerichtet sind. Ich mache sie auf diese Bewegung aufmerksam: *'Können Sie mal auf Ihre Gestik achten? Spüren Sie mal nach, wie sich die anfühlt und worauf sie hindeutet.'* Sie wiederholt die Bewegung und während sie das tut, lässt die Spannung in ihrem Körper und das Zittern (ihre Hände neigen dazu) spürbar nach. *'Es fühlt sich sehr gut an (sie lächelt). Ich spüre, dass es sagt, dass ich diese Probleme meiner Tochter überlassen sollte. Das sind ihre Probleme und ich habe sie zu lange mit mir herum getragen' ...*" (Fleisch 2000, 105).

Ein Beispiel wie Atmosphären und Stimmungen erspürt werden können, ist die Metaphorik von nachgestellten Räumen:

Wenn es z.B. um das Verhältnis verschiedener betrieblicher Abteilungen zueinander oder ihren Umgang mit Problemen geht, können entsprechende Räume mit Hilfe von auf dem Boden ausgelegten Seilen symbolisiert werden. Nun kann man, wenn man die jeweils andere auf dem Boden symbolisierte Abteilung betritt, das typische Atmosphäregefühl, Vorbehalte, Ängste etc. wieder erleben. Die Erfahrung wird anschließend reflektiert und auf mögliche verallgemeinerbare Aspekte angesprochen. Ob und welche Aspekte eine allgemeine Bedeutung haben können, bleibt zunächst Sache der einzelnen. Was jeweils entsteht und wie ein Problem möglicherweise zu lösen ist, beraten dann alle gemeinsam und symbolisieren ein lösungsorientiertes Vorgehen vielleicht auch mit Hilfe der Seile und/oder anderer Materialien.

Es gilt Situationen zu gestalten, in denen z.B. Ambivalenz als "persönliche Angelegenheit" leiblich erfahren werden kann. Denn die Uneindeutigkeit einer Situation oder einer Aufgabe drängt sich dem Individuum auf als spürbares Hin-und-Her-Geworfensein zwischen Weitegefühl (wenn die Lösung der Aufgabe greifbar nahe zu sein scheint) und Engegefühl (Spannung) (wenn die Verzweiflung oder Angst ob der vermeintlichen Unlösbarkeit der Aufgabe die Oberhand gewinnt).

Besonders erfolgversprechend scheint dabei eine Arbeitsweise, eigene Erlebnisse zum Gegenstand von Inszenierungen zu machen: Persönliche Erfahrungen sind das szenische Material, das von der Improvisation bis hin zur bewussten Gestaltung von Rollen und Szenen geführt wird (vgl. Heppekausen, Mägdefrau 2003, 1)

So kann z.B. ein IT-Mitarbeiter typische Bewegungen seines Tagesablauf pantomimisch

darstellen, um dann gemeinsam mit anderen darüber zu reflektieren, was er tut und wie er es tut. Über die symbolische Darstellung des Handlungszusammenhangs wird dabei ggf. auch die Verschränkung des Selbstgewählten und Auferlegten nach außen deutlich und nach innen gefühlt. Wie zeigen sich leiblich gut ausgeprägte Kohärenzgefühle in Situationen, die durch besondere Lebendigkeit, Souveränität, Ruhe etc. gekennzeichnet sind? Und wie zeigt sich das Gegenteil leiblich?

Möglich ist die Darstellung von Ambivalenzen mit theaterpädagogischen Mitteln (vgl. Boal 1989), die ich selbst in einer Gruppe durchgeführt habe, in der es um die Bewältigung von Stress ging:

Eine Frau symbolisierte ihr Problem der Zerrissenheit zwischen verschiedenen Anforderungen, indem sie eine Personenaufstellung vornahm, in der verschiedene andere Teilnehmer an ihr zerrten, so dass sie keinen eigenen Schritt mehr machen konnte. Die Teilnehmer und sie tauschten die Rollen, reflektierten die Situation und es wurde deutlich, dass sie selbst ein Teil des Problems war, indem sie nicht "Nein" sagen konnte, keine eigene Position hatte und sich nicht von den Forderungen anderer abgrenzen konnte. Um zu einer idealtypischen Situation zu gelangen, in der sie Widersprüche aushalten konnte und wieder handlungsfähig war, wurden ihr in den folgenden Stunden entsprechende alternative Handlungen ermöglicht.

Im Aushalten von Widersprüchen und Unsicherheiten (Ambiguitätstoleranz) geht es weniger darum, das Ich zu stärken, sondern um eine gelungene Selbst-Andere-Balance, ein Begriff, den ich mit Heppekausen, Mägdefrau (2003, 1) wegen seines interaktiv angelegten Persönlichkeitsverständnisses dem der Ich-Stärke vorziehe.

Wesentlich an der Arbeit mit theaterpädagogischen Elementen ist, dass mit spontanen leiblichen Impulsen gearbeitet wird, dass vom Leiberleben ausgehende Begründungen für das Inszenieren von Rollen formuliert werden und dass die eigenen (kognitiven und emotionalen) Erinnerungen zur Gestaltung ‚fremder‘ Rollen genutzt werden, um Fremdes und Eigenes in Verbindung zubringen bzw. zu differenzieren. Letzteres kann dann in der Distanz zum Erlebten reflektiert werden.

#### **IV.2.3.5 Situationen des Innehaltens und Entschleunigens**

Um dem rastlosen präsentischen Tun Einhalt zu verschaffen, fordert Peter Heintel, Mitbegründer des "Vereins zur Verzögerung der Zeit", zum Innehalten auf, um in einer neuen Zeitqualität zur Selbstbesinnung zu kommen, aus Gewohnheitstrott auszusteigen und nach Halt und Haltung zu suchen. Erst Anhalten lässt Rück-Blick zu, "urteilende Betrachtung des zurückgelegten Weges. ... Im Anhalten sehen wir, was an uns

vorüberziehend seine Spuren in die Zukunft legt. Wir ahnen wie sie sich formen wird, was unser Verhalten hier gestaltend dazu beiträgt" (Heintel, 1999 9) "Innehalten" bedeutet für Heintel, Halt aus dem Inneren zu gewinnen, "es ist die Fähigkeit, zu sich in Differenz zu stehen, sich frei machen zu können von den vorgegebenen Bestimmungen, zumindest sie bedenken, überlegen, reflektieren zu können" (ebenda, 10f.). Innehalten ist eine innere Tätigkeit, die wieder das in Er-Innerung bringt, was er ist, was ihm Würde und Auszeichnung verleiht. Bleibt das Innehalten beim einzelnen Subjekt, verschafft es allerdings nur "ein schizophrenes, unglückliches Bewusstsein", das uns auch noch die alltäglichen Freuden nimmt, es bleibt ein Appell, dem nur wenige nachkommen. Es komme darauf an, so Heintel, dass Innehalten zu einem gesellschaftlich organisierten "kollektiven Programm" werde (vgl. ebenda, 11).

Den Akt des Auswählens und Entscheidens hinausschieben zu können, ist von großer Bedeutung für das Wahrnehmen des Sinns einer Situation: Wenn der Spürsinn das dem Leib eigene praktische Vermögen bedeutet, im situativen Kontext die subjektiv richtige Entscheidung zu treffen, so hat das Innehalten zunächst zur Konsequenz, die durch rationale Wahl begründeten Entscheidungen zu relativieren. Erst jetzt haben Intuition, spontane Einfälle, das Spiel mit Analogien und Metaphern freie Bahn, und Emotionen können eine "heuristische Funktion" übernehmen. Dieser Prozess ist von einem permanenten leiblichen Abschätzen vorhandener und dem Erkunden verborgener Wahrscheinlichkeiten gekennzeichnet: Ein Handeln in Zwischenräumen, im Übergangsfeld zwischen Ordnung und Chaos.

Eine Möglichkeit, diesen Zwischenraum "anzusteuern", ist die "revolutionäre Pause" des Focusing: Die Fähigkeit, eine fortdauernde Situation zu unterbrechen und einen Raum zu schaffen, in dem sich ein gefühlter Sinn ("felt sense") bilden kann. Darin kann sich die befreiende Kraft entfalten, äußere Autoritäten, kulturelle Rollen, Ideologien in Frage zu stellen sowie interner Unterdrückung, Selbstschädigung und Scham entgegenzuwirken.

Mary Hendricks-Gendlin beschreibt beispielhaft folgende Situation:

Einem Kind sollte nach seiner Geburt Blut abgenommen werden. Die Mutter stellte bei dieser Aufforderung zunächst den Sinn der Blutabnahme in Frage und machte dann im Dialog immer wieder eine einminütige Pause. Auf diese Weise unterbrach sie die Situation. In der entstehenden Pause konnte sie den felt sense der ganzen Situation entwickeln lassen. Indem die Routine-Handlung unterbrochen wurde, war es ihr möglich, einen Sinn der ganzen Situation zu bilden, und sich nicht innerhalb der erwarteten Verhaltensweisen zu bewegen. Sie musste die gesamte komplexe Situation gewärtigen, um die richtige Entscheidung zu treffen: abwägen zwischen der Ablehnung der medizinischen Seite, der Autorität der ärztlichen Meinung, dem eigenen Gefühl für ihr Kind, ihrem Wissen, dass Routinetätigkeiten viel von dem bestimmen, was in Institutionen passiert und der

potentiellen Gefahr für ihr Kind, wenn der Test nicht durchgeführt würde.

Wenn eine Person eine Pause machen kann, in sich geht und herausfindet, was "ihr Sinn" dieser Situation ist, ist sie weniger anfällig für Drucksituationen, vereinnahmende Wirk-Gefühle oder zugeschriebene Verallgemeinerungen. Situationen muss man demnach durch Innehalten "unterbrechen", um ihren Sinn zu begreifen und sie ggf. im Sinn der Selbst-Zuträglichkeit zu verändern (vgl. Hendricks-Gendlin 2003, 1ff.).

Ein anderer Ausdruck des Innehaltens ist "Achtsamkeit".

Achtsam sein bedeutet, innere und äußere Vorgänge mit ungeteilter, entspannter Aufmerksamkeit zu beobachten und "das ganze Bild" aufzunehmen. Achtsamkeit ist bestimmt von folgenden vier Faktoren:

Über-Bewusstheit: Sich nicht in einer Tätigkeit verlieren, sondern sich bewusst sein, etwas Bestimmtes zu tun

Nicht abgelenkt sein: Die eigene Wahrnehmung wird nicht beeinträchtigt durch Grübeleien, Zukunftssorgen, Gefühle oder andere Störungen

Neutralität: das Wahrgenommene wird nicht beurteilt oder bewertet, auch wenn es bekannt vorkommt und man selbst gerne auf Vorurteile oder Erfahrungen zurückgreifen möchte. Geschehnisse werden lediglich registriert

Perspektivenwechsel: Sich bewusst sein, dass die eigene Sichtweise falsch, beschränkt oder einengend sein kann, weil Dinge aus unterschiedlichen Perspektiven betrachtet werden können (vgl. Glücksarchiv 2004, 1).

Mit Lemmer Schmid gehe ich davon aus, dass der Schwerpunkt der Achtsamkeit nicht "im Handeln" sondern im intentionsfreien "Sein" liegt. Wie im "felt sense" wird die Fokussierung auf die aktuelle Tätigkeit immer wieder geweitet, schafft die achtsame Wahrnehmung aller Sinneseindrücke und Gedanken die nötige Distanz zu den eigenen Handlungen, um sie zu reflektieren und immer wieder neu ausrichten zu können. Lemmer Schmid setzt zur Achtsamkeit als "absichtsvolle Absichtslosigkeit" als Gegenpol das "Flowerleben", "bei dem in einem fokussierten Bewusstseinszustand alle für die Zielerreichung irrelevanten Reize herausgefiltert werden" ( 2007, 132). In seinem "Oneness"-Modell charakterisiert er die Einheit beider Bewusstseinszustände und führt aus, dass "der Kontakt zur Gegenwart nur gehalten werden kann, solange der dynamische Prozess innerhalb der Dimensionen zwischen Achtsamkeit und Flow-Erleben im Sinne einer Anpassungsfähigkeit fließt" (ebenda 133). Kommt es zu einer Fixierung, schränkt sich Wahrnehmungs- und Handlungsspektrum eines Menschen massiv ein, d.h. er kann weder

gezielt einer Tätigkeit nachgehen, noch besteht die innere Ruhe, einfach nur im Moment präsent zu sein (vgl. ebenda). Dieses Konzept kann möglicherweise fruchtbar gemacht werden für das Problem flexibler Menschen, sich einerseits mit all ihren Kräften einer verantwortungsvollen und herausfordernden Tätigkeit hinzugeben (Flow) und andererseits "ohne Ende zu arbeiten", ohne sich auf seine leibliche Befindlichkeit zu besinnen (Achtsamkeit) .

Was eine körperinstrumentalisierende Sichtweise in der herrschenden Fitness- und Wellnesskultur betrifft, so kann aus psychomotorisch-motologischer Sicht über das kurzfristig Wohltuende und über den erholsamen Gegenpol einer stressreichen Arbeits- und Lebenswelt hinausgegangen werden, indem auch Lebensfreude, Nicht-Zweckhaftigkeit, Genussfähigkeit und Zeit für Entwicklung und Beziehung etc. (wieder-)erlebbar gemacht werden und die Machbarkeit körperlicher Zustände im Sinne von Selbst-Organisation und Loslassen-Können relativiert werden. Die Psychomotorik/Motologie und andere körper-/leiborientierte Praxeologien bieten eine Fülle von Praxisformen zur Stärkung leiblicher Ressourcen und Möglichkeiten sinnlicher Selbsterkenntnis zum flexiblen, situations-angemessenen Spannungsausgleich sowie zur Genesung, Stärkung und Förderung der eigenen Gesundheit im Lebenszusammenhang.

Zum Innehalten gehören auch Situationen der Entspannung. Der Wechsel vom "Bei -der-Welt-Sein" zum "Bei-sich-Sein" ist Grundlage für jede Psychohygiene im Alltag. Entspannung ist ein Loslassen-Können, ein Widerfahrnis, das nicht willentlich herbeigeführt werden kann. Sie bildet ebenso wie die Achtsamkeit einen Gegenpol zu Aktivität und Spannung bzw. zu dauerhaftem "Unter-Strom-Stehen" und kann in ihrer Bedeutung für gestresste flexible Menschen kaum überschätzt werden (vgl. Seewald 2007, 111). Neben bewährten Entspannungsmethoden wie Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation, Phantasiereisen etc. hält auch die Psychomotorik ein breites Spektrum entspannender Situationen bereit: Von der Partnerentspannung mit und ohne Material über das Genusskarussell bis hin zur Entspannung mit Petzibällen, auf dem Trampolin oder auf dem Airtramp (vgl. ebenda).



#### **IV.2.3.6 Situationen des kreativen Umdeutens, der Selbstermächtigung und der Neuartikulation eigener Kriterien**

In der Diskussion um Leiblichkeit in Situationen wird deutlich, dass sozialer Wandel eine alltägliche Erscheinung ist, die sich nicht so sehr im Großen sondern in den Details des direkten Verhaltens abspielt. Jede Gebärde ist eine aktuelle Übernahme einer Tradition, sie ist Kontinuität und Erneuerung zugleich. Damit erhält das Alltagsverhalten eine wesentliche Offenheit und der Wandel ein vertrauterer Gesicht: er zeigt sich "als eine Realität, die dem Verhalten auch unabhängig von gewollter Kreativität oder revolutionärem Vorhaben inhärent ist" (Coenen 1985, 290). Mit Bloch lässt sich fragen: wie lässt sich real erfahren, was in der Realität doch noch gar nicht vorhanden ist? Er hat hierfür den brillanten Begriff des „Vorscheins“ verwendet: im Alltag das zu erkennen und aufzugreifen, was potentiell bereits vorhanden ist, um unsere Menschlichkeit zu entwickeln. Wir müssen es uns erlauben, jene Zukunft wenigstens partiell voraus zu denken, voraus zu formulieren, voraus zu spüren und Dinge bereits jetzt zu verändern. Nun muss, aber, wer den Weg zur besseren Welt offen halten will, auch selbst zur Schaufel greifen. Und muss sich – weil es mit nimmermüdem Schaufeln nicht getan ist, auch fragen, was und wer den Weg zuschüttet (Stephan, SZ, 20/21.12.03).

Wie in Kap. I.6 gezeigt wurde, garantieren ideologische Kohärenzangebote noch lange nicht, dass postmoderne Arbeitsmenschen mit ihren gesamten leiblichen Ressourcen integrationsfähig sind. Denn Unterwerfung und Entfaltung der Arbeitenden findet auch im Verhältnis zu sich selbst statt. Ihre Freiheit besteht darin, Situationen in einer bestimmten Weise aufzunehmen, Gesichtspunkte zu vervielfältigen, der Situation eine Wendung zu geben, den Sinn für das Mögliche zu entfalten. Auch das ist Macht - das "Vermögen", etwas im Sinne von Selbstermächtigung bzw. Selbstwirksamkeit oder Empowerment bewegen oder beeinflussen zu können.

In dem Maße, in dem die Individuen Widersprüche und Konflikte auf subjektiver Handlungsebene erfahren, ihnen "von oben" Verantwortung und Kontrolle übertragen und sie auch in ihren leiblichen Kompetenzen gefordert werden, kommt es darauf an, um Wahrnehmung und Deutungshoheit zu kämpfen, wo sie gezwungen sind, ihre eigenen Interessen zu verleugnen, unterzuordnen oder erst gar nicht für sich wahrzunehmen. So können in Auseinandersetzung mit den von der Macht- oder Marktseite und diversen Ratgebern angebotenen Kriterien neoliberaler Individualisierung- und Selbststeuerung eigene Maßstäbe entwickelt werden, um bestehende Situationen, Zielsetzungen, Hindernisse,

hemmende Bedingungen und Verhaltensweisen zu bewerten und ggf. zu verändern.

Indikator für subjektive Stimmigkeit und Passung ist, vermittelt des in Kap IV.2.1 beschriebene "Spürsinns" das eigene rechte Maß zu finden.

Freiheitliches Handeln besteht dann in der Möglichkeit, Situationen umzugestalten, z.B. wenn gewohnte Schemata nicht greifen und wir aus vertrauten Situationen herausgerissen werden. Um sich dieser Freiheit der Veränderung leiblich bewusst zu werden, eignen sich all jene Methoden psychomotorisch-motologischer Praxis, die körperliche Differenzerfahrungen ermöglichen und die symbolisch potentiell Vorhandenes entdecken und Neues entwickeln lassen. So können z.B. mit Hilfe Kreativer Medien (Malen, Tanzen, Theater etc.) in szenischen Darstellungen, Spiel- und Dialogerfahrungen neue Wahrnehmungen, Haltungen und Verhaltensmöglichkeiten erprobt und erfahren, können kleine Schritte des Neuen ermöglicht werden. An Orten der Selbstvergewisserung, des Sich-Klar-Werdens und Entwerfens sozialer Zielfindung und Handlungsmöglichkeiten könnten leiborientierte Methoden gut eingebunden sein - z.B. in Zukunftswerkstätten, deren Phasen Kritik, Utopie, Umsetzung leiblich erlebbar gemacht werden.

Der eigene Spürsinn kann so auch verbunden werden mit Frage nach der eigenen Würde, der Menschenwürde<sup>72</sup>, bzw. dessen, was seiner selbst würdig ist. und zwar im Sinne einer Wiedergewinnung menschlicher Würde in der Gewichtung der Rolle des Individuums, moralischer Werte und sozialer Gerechtigkeit. Gerade die in jedem Augenblick offen stehenden Möglichkeiten zur Anknüpfung an Gegebenes verleihen dem Verhalten auch eine ethische Dimension, die sich zur bewussten subjektiven Verantwortung weiterentwickeln kann. Angesichts der humanen Potentiale, die in den neuen Arbeitsformen enthalten sind, gilt es, den eigenen (Spür-)Sinn für das Mögliche zu entwickeln: das Andere, Neue zu finden, Phantasie, mit Kreativität und Mut Gegebenheiten im eigenen Sinne und in Verantwortung für die Mitwelt zu modifizieren, neu zusammenzusetzen, Neues hinzuzufügen. Es geht darum, "mit Leib und Seele" Zukunft wenigstens partiell voraus zu denken, voraus zu formulieren, voraus zu spüren und Dinge bereits jetzt zu verändern.

Die klassische Psychomotorik bietet mit der sog "Materialerfahrung" einen reichhaltigen Fundus für Situationen, in denen Alltagsmaterialien oder Bewegungselemente auf der Bewegungsbaustelle im Sinne der Zweckentfremdung kreativ umgedeutet werden können.

---

<sup>72</sup>Es sollten Menschen einander niemals als bloße Mittel gebrauchen, sondern sich vielmehr als Zwecke in sich selbst anerkennen, so hat Kant dem Gedanken der persönlichen Freiheit die Form einer Maxime der Vernunft des praktischen Handelns gegeben.

Es geht um die Verwandlung des Bekannten in das weniger Bekannte, indem vielfältige Verwendungsmöglichkeiten der Dinge erschlossen werden, d.h. die Dinge *als* etwas zu betrachten oder umzudeuten - eine Turnbank z.B. als Sitzgelegenheit, als Balanceobjekt, als Hürde oder als Brücke über einen reißenden Fluss. "Es ist ein Spiel mit Wahrnehmungs- und Handlungsmustern, die sich neu formieren wollen" (Seewald 2007, 110).

Mit widersprüchlichen, dynamisch sich verändernden und daher zwangsläufig ambivalenten Situationen und damit mit dem Fremden und Nicht-Vertrauten, umgehen zu können, erfordert eine reflexive Leiblichkeit als eine "Orientierung im Fluss" (vgl. Seewald 1997, 96). Dabei kann das handelnde Subjekt gerade aus dieser Unbestimmtheit kreative Energie gewinnen, wobei der Phantasie in diesem prozesshaften Geschehen die Funktion einer Produktivkraft zukommt: Neue Formen und Deutungsmöglichkeiten werden sichtbar, und die Arbeit am eigenen Selbst- und Weltbild erscheint als Spiel mit möglichen Rollen, Masken bzw. Identitätselementen. Mit Hilfe Kreativer Medien (Bewegung, Spielen, Malen, Tanzen etc.) kann in Situationen symbolisch potentiell Vorhandenes entdeckt und entfaltet werden - in szenischen Darstellungen, Spiel- und Dialogerfahrungen kann die leibliche Einschätzung einer Situation über den "felt sense" oder den Spürsinn hervorgebracht werden, können aber auch neue Wahrnehmungen, Haltungen und Verhaltensmöglichkeiten erprobt bzw. erfahren, sowie kleine Schritte des Neuen ermöglicht werden. So können z.B. Statusübungen aus der Theaterpädagogik angeboten werden, um eigene Einstellungen und Spielräume beim Experimentieren mit neuen Bewegungen, Haltungen und Interaktionsformen auszuloten. Um sich z.B. mit der verinnerlichten Zuschreibung von Minderwertigkeit auseinander zu setzen, können Körperhaltungen des Stolzen, Durchsetzungsfähigen, Unnahbaren oder Kraftvollen (Hochstatus) abgewechselt werden mit denen der Unterwürfigkeit, des Sich-Klein-Machens, der Ohnmacht (Niedrigstatus). Indem diese Haltungen verkörpert werden, setzen sich die Protagonisten leiblich mit ihnen in Beziehung und lassen eigene Anteile und Interpretationen mit einfließen. So können auch Menschen, denen es normalerweise schwer fällt, anderen Menschen in aufrechter Körperhaltung und mit festem Blickkontakt zu begegnen, erleben, dass auch sie das Potential haben, sich überlegen, kräftig und selbstbewusst zu bewegen. Indem die Teilnehmenden den gewohnten bzw. fremd erscheinenden Haltungs- und Bewegungsmustern bewusst nachspüren, setzen sie sich auf neue Art zu ihnen in Beziehung und erweitern dadurch ihre Handlungs- und Entscheidungsspielräume (vgl. Zeus 2006, 31).

In der Veränderung eigener Verhaltensweisen geht es um den Prozess, wie über zunehmende Komplexität etwas neu angeordnet, neu gewählt werden kann, etwas, das zur bisherigen Art zu leben hinzugewonnen werden kann. Hinzu - nicht anstelle von! Allein schon wegen der leiblichen Präsenz des Erfahrenen kann es nicht darum gehen, sich von etwas zu befreien, etwas aufzugeben oder hinter sich zu lassen. Auch das erfahrungsmäßig Verfestigte braucht nicht gesehen zu werden als von der Gesellschaft erzeugte Hindernisse und Panzerungen oder als ein bestimmter Rollenset, aus dem ich auswählen kann, sondern als das, was sich bisher - verbunden mit meiner aktiven Teilnahme - leiblich habituell organisieren konnte.

Indem die Wirklichkeit selber immer viel mehr Möglichkeiten bietet als ausschöpfbar sind, kann auf leibliche Weise ein Möglichkeitssinn entwickelt werden, als Bewusstsein oder Gefühl, die Wirklichkeit könne auch anders sein. Wenn der Leib bereits den nächsten Schritt "weiß", dann kann er auch die Richtung, eine gewisse Bandbreite wünschenswerter zukünftiger Entwicklungen angeben.

#### **IV.2.3.7 Situationen der Reflexion leiblicher Identität**

Was das Arbeitsleben bzw. die Identität in der Arbeit anbelangt, stellt sich ein innerer Zusammenhang „nicht mehr durch das Durchleben eines einzigen beruflichen Entwurfs her, sondern durch die biographische Integration der beruflichen Ereignisse, die uns begegnen. Es geht immer weniger um eine äußere, denn um eine innere Kontinuität“ (Hien 2002, 216). Welche Situationen bieten eine Chance, über die eigene berufliche und persönliche Situation zu reflektieren?

Beobachtungen und schriftliche Befragungen reichen nicht aus, wenn weitergehenden, sinn- und identitätsbezogenen Fragen zu Gesundheit bzw. Krankheit im Lebensverlauf nachgegangen werden soll. Denn Befragungen "bieten immer nur ein vorgegebenes Antwortenraster, das für davon abweichende, scheinbar abwegige, vielleicht ungewöhnliche, unvermutete und paradoxe Einschätzungen, Lebensgefühle, Selbstdeutungen und Erklärungen nicht viel Raum bietet“ (Hien 2002, 58). Wenn das individuelle Kohärenzgefühl für die Gesundheit ausschlaggebend ist, erscheint es sinnvoll, dass sich die Biografiearbeit auf die Genesis dieses Gefühls konzentriert.

Um z.B. der Frage nachzugehen, inwieweit einerseits belastende Aspekte von Arbeit wahrgenommen und verarbeitet, andererseits aber auch Arbeit als sinnerfüllend und die gesundheitlichen Ressourcen als stärkend erlebt werden, schlägt Hien eine qualitative

Methodik vor, die zuweilen auch als „Oral History“, als erzählte Geschichte, bezeichnet wird. Sie basiert auf der Einbeziehung individueller Deutungsmuster von Situationen (und damit auch von Gesundheit und Krankheit), die wiederum von individuellen und kollektiven Erfahrungen und biographischen Entwürfen durchdrungen sind. Dabei kommt der Frage der Sinnhaftigkeit von Arbeit als wesentlicher gesundheitlichen Ressource ein besonderes Gewicht zu. Wer das Tieferliegende oder bisher Unbekannte bergen und deuten will, kommt um eine gewisse Anstrengung nicht herum: "Was ist leibhaftig geworden? Welche Lebenssituation oder welches Leid hat sich des Leibes bedient, um an der Oberfläche zu erscheinen, und was verbirgt der Leib in den Hintergründen? In welcher Weise, in welchen Bildern drückt der Leib auf seine spezifische Weise lebendig Gestaltetes aus oder wie tritt Ungelebtes leibhaftig auf die Bühne? Liegt uns in der erzählten Biografie aus der Sicht des Erzählers ein Verlaufsprotokoll, ein Gedächtnis- oder ein Erlebnisprotokoll vor? Welche gemeinsame Interpretationsarbeit ist erforderlich, um das Erzählte aufzudecken? Wer ist der Autor des Erzählten, und was bleibt vom Erzählten nach der Bearbeitung im Bedeutungskontext übrig?" (Keil 1999, 79). Die leibliche Reflexivität bezogen auf die eigene Biografie beabsichtigt, sich mit der eigenen Lebensgeschichte zu versöhnen, verschüttete Erfahrungen neu zu sortieren und so persönlich bedeutsame Anknüpfungspunkte zu finden, um gesundheitlich zuträglichere Handlungsweisen zu ermöglichen (vgl. Homfeldt 1994, 21).

Indem die Geschichten der einzelnen oder auch von Gruppen mit dem leiblichen Nach- und Vorerleben kombiniert werden, können auch hier psychomotorische und andere Körperpraxeologien fruchtbar gemacht werden. Sehr hilfreich kann dabei z.B. die Technik des "Arbeitspanoramas" sein, mit dessen Hilfe die einzelnen ihre wichtigen erinnerbaren Erfahrungen mit Arbeit bildlich darstellen - einer Synopse gleich, die die Einflüsse des sozialen Feldes und die eigenen Entscheidungen die Herausbildung bestimmter Haltungen und Einstellungen nachvollziehen lässt. Indem die eigene Arbeitsbiografie gemalt wird, bieten sich dem Malenden wie dem Betrachter eine Fülle von Anregungen, Deutungs- und Auswertungsmöglichkeiten. Auf diese Weise können sie sich auf Basis ihrer ausdrucksstark gestalteten Arbeits-Sozialisation und ihres eigenen Anteil bewusster entscheiden, was bejaht, verneint oder verändert werden könnte und damit den Zwang der Szenen zu relativieren (Heinl, Petzold, Fallenstein 1985, 356ff.). Entsprechend könnte auch bezogen auf die Lebensbiografie z.B. mit Hilfe von Bildern aus verschiedenen Phasen des Lebens, beginnend mit der frühen Kindheit, vorgegangen werden. Indem wir uns bewusster werden, wie sich unser Leib in den Wechselfällen des Lebens entwickelt hat, ist der erste Schritt zur Veränderung getan.

In Hinsicht auf Erkenntnis und Förderung eigener Ressourcen geht es um die Aneignung der eigenen Gesundheit über biografische Rekonstruktion, die mit Neu-Kreation verknüpft werden kann: In Inszenierungen, in szenisch nachgespielten Situationen kann tatsächlich erfahrenes Leid offen und klagend zur Sprache bzw. zum Ausdruck gebracht werden, entsprechend kann auch gesundheitsförderliche Zukunft szenisch spielerisch entworfen werden.

#### **IV.2.4 Zusammenfassung, Grenzen und Ausblick**

Der Anspruch einer leibphänomenologischen Perspektive auf das Problem der Flexibilisierung der Arbeitswelt, gesellschaftswissenschaftlich auf der Höhe der Zeit zu sein und gleichzeitig als Orientierungsbasis für praktische Interventionen dienen zu können, kann nach den bisherigen Ausführungen als durchaus angemessen erscheinen. So hat sich gezeigt, dass die Eröffnung der leiblichen Dimension auch für Berufstätige Chancen birgt, durch leibliche Reflexivität einen inneren Maßstab zu finden, achtsamer mit sich und der Mitwelt umzugehen, in entgrenzten Zeiten Grenzen zu setzen und zu entschleunigen sowie im verstehenden Miteinander eine gesundheitszuträgliche Lebensweise zu entwickeln. Dies kann unter Begleitung bzw. Unterstützung psychomotorischer Fachkräfte in Situationen geschehen, in denen sich Menschen ohne Angst begegnen, in vielfältigen Bewegungsformen ausdrücken und ihre Problematik bzw. ihre Themen bearbeiten können.

Allerdings dürfen keine Wunder erwartet werden, durch sinnliche Erkenntnis in derartigen Situationen in kurzer Zeit alle Probleme zu lösen und die Trägheit und Veränderungsresistenz kulturell eingefleischter Gewohnheiten und den Arbeitssog komplexer Verantwortung in Frage zu stellen und zu überwinden. Dafür gibt es Gründe: sich in betrieblichen Zusammenhängen körperlich/leiblich zu zeigen, zu öffnen und zu begegnen, birgt in Zeiten von Existenzangst und hohem Konkurrenzdruck immer die Gefahr des Missbrauchs und des Ausnutzens durch betriebliche Institutionen und/oder andere Kolleg/inne/en zum eigenen Nachteil. Der Einsatz leiborientierter Verfahren muss auch insofern relativiert werden, als aus ihrer Anwendung nicht automatisch humane und gesunde Arbeitsbedingungen resultieren. Denn das Leibliche ist ein umkämpftes Terrain, in dem sich Machtinteressen und Eigenansprüche begegnen und verschränken. Die Beispiele des "Emotionsmanagements" zeigen, dass Menschen mit ihren leiblichen Ressourcen auch gegen ihre eigenen Interessen für fremde Zwecke instrumentalisiert werden können. Obwohl nun der Anspruch einer leiborientierten Gesundheitsförderung, in die betriebliche oder

überbetriebliche Praxis Eingang zu finden, erst in Ansätzen realisiert ist, kann ihre Realisierung Schritte zu einer humaneren Arbeits- und Lebenswelt ermöglichen. Denn gerade in der Ambiguität, im Vexierbildcharakter des Leiblichen, liegt die Chance, auch das Eigene zu erspüren, sowie die Freiheit, eigene Maßstäbe zu entwickeln, zu thematisieren und durchzusetzen. Es gehört allerdings Mut, visionäre Kraft und heitere Gelassenheit der Entscheidungsträger sowie die Partizipation der Beteiligten dazu, derartige Prozesse zu initiieren.

Psychomotorische Kompetenzen können insofern ihren Platz in der betrieblichen Gesundheitsförderung finden, als sie die Wechselwirkungen von Störungen, motorischer Entwicklung und Persönlichkeitsentwicklung zum Gegenstand haben, und mit Bewegung den Menschen nicht nur in seinen funktionalen Störungen und ihrer Abhilfe ansprechen, sondern auch in seinen Intentionen und in seiner Sinnhaftigkeit. D.h., Motolog/inn/en und Motopäd/inn/en können einen Beitrag zu einer Individualisierung der Gesundheitsförderung im Spannungsverhältnis zur Subjektivierung der Arbeit leisten. Dazu bedarf es allerdings auch Kompetenzen der Kommunikation, der Organisationsentwicklung, des Coaching und der Kooperationsfähigkeit in interdisziplinären Teams der betrieblichen und außerbetrieblichen Gesundheitsförderung.

Offen geblieben in der Diskussion um die Bedeutung der Leiblichkeit für den flexiblen Menschen ist die Frage der Ethik: was ist richtig, was ist falsch im eigenen Handeln, und wie und von wem werden sie entwickelt? Ebenso wenig thematisiert wurde das Verhältnis von Sprache und leiblicher Erfahrung - Sprache wurde lediglich unter dem Aspekt der Reflexion des Leiblichen thematisiert - nicht aber wie beides zusammenhängt oder welche Bedeutung Sprache auch für die Distanzierung von sich selbst, für die Explikation von Situationen und die theoretische Durchdringung gesellschaftlicher Verhältnisse hat.

Beachtet werden müssen im Umgang mit leib-/körperorientierten Verfahren auch die Grenzen zu therapeutischen Handlungsfeldern - Gesundheits- bzw. Ressourcenförderung ist nicht gleich Therapie, obwohl es Felder der Überschneidung gibt.

Obwohl von vornherein mit der Welt verbunden und als konstitutiv soziale Wesen verhalten wir uns in der vorgefundenen warenproduzierenden Gesellschaft in der Vorstellung der gegenseitigen Isoliertheit, in der wir unseren jeweiligen Freiraum gegeneinander behaupten müssen. Indem die eigene Leiblichkeit (wieder) für sich entdeckt wird, kann ein Potential entstehen, fremdgesetzte Bestimmungen in leiblicher Reflexivität erlebend zu erkennen und

sich für eine Selbstbestimmung in solidarischer (d.h. nicht konfliktfreier) Lebensweise einzusetzen. Möglicher weise kommen wir dann dem von Marx als großem Denker der Praxis formulierten Postulat näher, dass die freie Entwicklung jedes/jeder einzelnen die Bedingung der Entwicklung aller ist.



## V. Literatur

- Adorno, T. W./Horkheimer, M. (1969): Dialektik der Aufklärung. Philosophische Fragmente. Frankfurt/M.: Fischer.
- Ahrens, J. (2000, Hrsg.): Jenseits des Arbeitsprinzips. Vom Ende der Erwerbsgesellschaft. Tübingen: edition diskord
- Albert, H. (1968/1991): Traktat über kritische Vernunft, 5. Auflage, Tübingen: J.C.B. Mohr (Paul Siebeck)
- Antonovsky, A. (1987): Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well. San Francisco: Jossey-Bass
- Antonovsky (1979): Health, stress and coping. San Francisco: Jossey-Bass. Deutsche Ausgabe (1997): Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Tübingen: dgvt-Verlag
- Antonovsky, A. (1991): Meine Odyssee als Streßforscher. In: Jahrbuch für Kritische Medizin, Argument Sonderband 193. Berlin (112 - 130)
- Åsberg, Nygren und Rylander (): "Arbeitsbezogener Stress und seine Folgen". Zit. aus: [http://www.imfmetal.org/imf/main/main\\_publications.cfm](http://www.imfmetal.org/imf/main/main_publications.cfm).
- Bachmann, C. H. (1981, Hrsg.): Grenzen und Möglichkeiten sozialen Lernens. Frankfurt a.M. : Fischer
- Badura, B., Pfaff, H.(1989): Stress, ein Modernisierungsrisiko? In: Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie, 41: 644 - 668
- Baer, U. (2005): Resonanz. In Frick-Baer, G., Hrsg): Bausteine einer kreativen Sozio- und Psychotherapie. Ausgewählte Beiträge 1991 - 2005. Neukirchen-Vluyn: Affenkönig
- Bahr, H.-D. (2000): Die natürliche Maschine und die arbeitslose Arbeit. In: Ahrens, J.: Jenseits des Arbeitsprinzips? Vom Ende der Arbeitsgesellschaft. Tübingen: edition diskord
- Bandura, A. (1997): Self efficacy. The Exercise of Control. New York: W.H. Freeman
- Barkhaus, A. u.a. (Hrsg.): Identität, Leiblichkeit, Normativität. Frankfurt 1996
- BIBB/BAuA (2005/2006): Repräsentativerhebung "Arbeit und Beruf im Wandel", dokumentiert in: [www.osha.de/statistics/statistiken/suga/suga2005/suga\\_2005/pdf](http://www.osha.de/statistics/statistiken/suga/suga2005/suga_2005/pdf)
- Baukrowitz, A. Boes A. (1997): Wider die Mär einer humanen Arbeit in der Informationsgesellschaft. In: FlfF Kommunikation, 4/97, 18 - 23
- Bauman, Z. (1993): 'Wir sind wie Landstreicher'. Die Moral im Zeitalter der Beliebigkeit' in SZ v. 16./17.11. 93.

- Bauman 1997 Flaneure, Spieler und Touristen. Essays zu postmodernen Lebensformen. Hamburg: Hamburger Edition
- Bauman (1995): Moderne und Ambivalenz - das Ende der Eindeutigkeit. Frankfurt am Main: Fischer
- Bauman, Z. (2003): Flüchtige Moderne. Frankfurt am Main: Suhrkamp
- Beck, U. (1995): eigenes Leben. Skizzen zu einer biographischen Gesellschaftsanalyse. In: Beck, U., Vossenkuhl, W., Erdmann Ziegler, U. (1995): eigenes Leben. Ausflüge in die unbekannte Gesellschaft, in der wir leben. München: Beck
- Becker, P. (1982): Psychologie der seelischen Gesundheit. Bd. 1 Theorien, Modelle, Diagnostik. Göttingen: Hogrefe
- Becker, P., Minsel, B. (1986): Psychologie der seelischen Gesundheit. Bd. 2: Göttingen: Hogrefe
- Becker, P. (1993): Die Bedeutung integrativer Modelle von Gesundheit und Krankheit für die Prävention und Gesundheitsförderung. Anforderungen an allgemeine Modelle von Gesundheit und Krankheit. In: Paulus, P.(hrsg): Prävention und Gesundheitsförderung. Perspektiven für die psychosoziale Praxis. Köln: Maternus, S. 91 - 107
- Becker, P.(1995): Seelische Gesundheit und Verhaltenskontrolle. Göttingen: Hogrefe
- Becker, M. (2005): Ein Land auf Prozac. Die Wochenzeitung, 10.2.05, S. 27
- Beckmann-Neuhaus, D. (2007): Körperwahrnehmungen - Zugang zur Selbstwahrnehmung und zum Selbsterleben bei Depressionen. In: Motorik 30 (2007) 3, S. 210 - 220
- Berger, P.L. (1983): Das Problem der mannigfaltigen Wirklichkeiten. Alfred Schütz und Robert Musil. In: Grathoff, R, Waldenfels, B. (Hrsg.): Sozialität und Intersubjektivität. München: Fink, S. 229 - 251
- Berndt, T. (2003): Auf den Leib gekommen. Fortschritte in der phänomenologisch-soziologisch fundierten Identitätstheorie. Rezensionssatz zu: Robert Gugutzer (2002). Forum Qualitative Sozialforschung [On-line Journal], 4(3), Art. 10. Verfügbar über: <http://www.qualitative-research.net/fqs-texte/3-03/3-03review-berndt-d.htm> (Zugriff 02.05.08)
- BIBB/IAB (1999): "Wandel der Erwerbsarbeit": Fragestellungen. Erhebung 1998/1999
- Birbaumer, A., Steinhardt G. (2003, Hg.): Der flexibilisierte Mensch. Subjektivität und Solidarität im Wandel. Asanger Verlag, Heidelberg, Kröning
- BKK (2007): Mitteilungen des Bundesverbandes der Betriebskrankenkassen ) vom 23.07.07
- Boal, A. (1989): Theater der Unterdrückten. Übungen und Spiele für Schauspieler und Nichtschauspieler. Frankfurt/Main: Suhrkamp

- Böhle, F. (1989): Körper und Wissen - Veränderungen in der soziokulturellen Bedeutung körperlicher Arbeit. In: Soziale Welt, Heft 4, 40.Jg., S. 497 - 512
- Böhle, Fritz.(1999): Selbstbeobachtung als Methode zur Erfassung subjektivierenden Arbeitshandelns - In: Journal für Psychologie, Bd. 7 , 2, S.53-56
- Böhle (2002): Vom Objekt zum gespaltenen Subjekt. In: Moldaschl, M., Voß, G. (Hrsg.): Subjektivierung von Arbeit: München und Mering: Hampp. S.115-147
- Böhle, F., Rose, H. (1992): Technik und Erfahrung. In: Arbeitsgemeinschaft QUEM (Hrsg.): Kompetenzentwicklung '96. Berlin u.a.
- Böhme, H.(1999): Über die Natur des Menschen. Unveröffentlichtes Manuskript
- Boes, A. (1996): Formierung und Emanzipation. Zur Dialektik der Arbeit in der „Informationsgesellschaft“. In: Schmiede, Rudi (Hg.): Virtuelle Arbeitswelten. Arbeit, Produktion und Subjekt in der „Informationsgesellschaft“. Berlin: edition sigma S. 159 – 178.
- Bohm, D., Dürr, H.P. (Hrsg.1988): Physik und Transzendenz: die großen Physiker unseres Jahrhunderts über ihre Begegnung mit dem Wunderbaren. Bern u.a.: Scherz
- Bolay, E., Trieb, B. (1988): Verkehrte Subjektivität. Kritik der individuellen Ich-Identität. Frankfurt, New York: Campus
- Boltanski, L., Chiapello, E., (2006): Der neue Geist des Kapitalismus. Konstanz: UVK
- Bosshart, D. (1995): Die Neuerfindung des Menschen In: TopTrends. Die wichtigsten Trends für die nächsten Jahre. Düsseldorf: Metropolitan Verlag 1995. S. 139 - 165.
- Bourdieu, P.(1982): Die feinen Unterschiede. Kritik der gesellschaftlichen Urteilskraft. Frankfurt/M: Suhrkamp.
- Bourdieu, P. (1983<sup>4</sup>): Zur Soziologie der symbolischen Formen. Frankfurt a.M.: Suhrkamp
- Bourdieu P. (1983): Ökonomisches Kapital, kulturelles Kapital, soziales Kapital. In: Kreckel, R. (Hrsg.): Soziale Ungleichheiten. Göttingen, S. 183 - 198.
- Bourdieu, P. (1993): Sozialer Sinn. Kritik der theoretischen Vernunft. Frankfurt/Main: Suhrkamp
- Bourdieu, P. (1997): Das Elend der Welt. Zeugnisse und Diagnosen alltäglichen Leidens an der Gesellschaft. Konstanz: UVK
- Bourdieu, P. (2001a): Die feinen Unterschiede - Kritik der gesellschaftlichen Urteilskraft. Frankfurt/Main: Suhrkamp
- Bourdieu, P. (2001b): Meditationen. Zur Kritik der scholastischen Vernunft .Frankfurt/Main: Suhrkamp
- Brand, G. (1971): Die Lebenswelt. Eine Philosophie des konkreten Apriori. Berlin: Walter de Gruyter

- Brandt, K.-W. (1998, Hrsg.): Soziologie und Natur. Theoretische Perspektiven. Opladen
- Brecht, B. (1983): Me-ti Buch der Wendungen. Frankfurt/Main: Suhrkamp
- Buber, M. (1984) Das dialogische Prinzip. Heidelberg: Lambert Schneider
- Buchinger, K. (2000): Skizzen zur Frage der Identität. In: Gruppendynamik und Organisationsberatung Heft 4, 383 - 407
- Büssing, A. Seifert, H. (1999, Hrsg.): Die Stechuhr hat ausgedient. Flexible Arbeitszeit durch technische Entwicklung. Berlin: sigma
- Bulard, M. (2000): Moderne Zeiten im Zeichen des Internets. In: Le Monde Diplomatique, Dez. 2000, S. 22-23
- Bundschuh-Müller K. (2000): Focusing und Selbstsicherheit - Ein Netzwerk für die Seele knüpfen. In: Feuerstein H.-J., Müller, D., Cornell, A.W. (Hrsg.): Focusing im Prozess - Ein Lesebuch. Köln: GwG-Verlag 2000
- BVDM (2003): Motologie und Gesundheitsförderung. Anlage des Antrags des BVDM e.V. an die Spitzenverbände der Krankenkassen auf Aufnahme von Diplom-MotologInnen als Leistungsanbieter für Maßnahmen der Gesundheitsförderung vom 02.07.2003
- Castells, M. (1996): The rise of the network society. Oxford.
- Castells, Manuel (1997): The power of identity. Oxford.
- Coenen, H. (1985): Diesseits von subjektivem Sinn und objektivem Zwang. München: Fink
- Coenen, H. (1986): Leiblichkeit und Sozialität. Ein Grundproblem der phänomenologischen Soziologie. In: Petzold, H. (Hrsg.): Leiblichkeit. Paderborn
- Creydt, M. (2006): Die Medizin des Gesundheitswesens Selbstverantwortungsdiskurs und Krankheitsverständnis. Dokumentiert in:  
[http://www.streifzüge.org/druck/str\\_autor\\_creydt\\_060921\\_gesundheitswesen.html](http://www.streifzüge.org/druck/str_autor_creydt_060921_gesundheitswesen.html)
- Czock, H. / Göbel, E. / Guthke, B. (1990): Lesebuch zu Arbeit und Gesundheit. "Man darf nicht wehleidig sein". Berlin: Gesundheitsladen e.V.
- Davison, G. C., Neale, J.M.(1998<sup>5</sup>): Klinische Psychologie Weinheim : Beltz, Psychologie Verlags Union
- Dilk, A. (2002): Ein Gespräch mit Anja Gerlmaier über die neuen Selbständigen in Unternehmen. In: ChangeX [29.04.2002]
- Döhl, V., Kratzer, N., Moldaschl M., Sauer D. (2001): Entgrenzung von Arbeit. In: Beck, U. (Hrsg.): Reflexive Modernisierung. Frankfurt/M.: Suhrkamp

- Dollinger, B. (2003): Identität als erarbeitete Narration. In: In: Widersprüche, Heft 87, 3/2003, S.94 - 98
- Drever, J., Fröhlich, H, W. (1975). Wörterbuch zur Psychologie. München: Dtv.
- Drinkuth, A.(2007): Die Subjekte der Subjektivierung. Handlungslogiken bei entgrenzter Arbeit und ihre lokale Ordnung. Berlin: sigma
- Duttweiler, S. (2003): Body-Consiousness – Fitness – Wellness – Körpertechnologien als Technologien des Selbst. In: Widersprüche, Heft 87, 3/2003, S.31 - 44
- Eberlein, U. (2000): Einzigartigkeit - das romantische Individualitätskonzept der Moderne-Frankfurt/Main [u.a.] : Campus
- Eberstein, B.v. (1991): Neue Technologien und Zivilisationskrankheiten. In: Jahrbuch für Kritische Medizin, AS 193, Berlin. S. (131 - 159)
- Ebrecht, (2002): Bourdieus Theorie der Praxis - Erklärungskraft, Anwendung, Perspektiven Wiesbaden : Westdt. Verl., 2002
- Ehrenberg, A. (2004): Das erschöpfte Selbst. Depression und Gesellschaft in der Gegenwart. Frankfurt/Main: Campus
- Elias, N. (1997<sup>20</sup>) : Über den Prozess der Zivilisation.Bd. 1 + 2. Frankfurt: Suhrkamp
- Ernst, H. (1995): Gesundheitsressourcen im Alltag. In: Lutz, R., Mark, D. (Hrsg.): Wie gesund sind Kranke? Göttingen
- Europäische Stiftung zur Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen (2007): 4. European Working Conditions Survey 2002
- Engelmann, J. (2001): Wohlfühlen beim Spagat. Die Kritiker des neuen Arbeitsregimes machen sich warm. In: Literaturen 02/01, S.41 - 48
- Fasshauer, U. (1999): Emotionale Leistungsfähigkeit - vom „Erkennen dich selbst!“ zum“Erfinde dich selbst!“ In: Neue Sammlung, 39.Jg., Heft 4 , S.542 - 561
- Fleisch, G. (2000): Die Beachtung der impliziten Hinweis in der Focusing orientierten Kurztherapie: ein Hilfsmittel zur Förderung von Veränderungsschritten. In: Feuerstein, H.-J., Müller, D., Cornell, A.W. (Hrsg.): Focusing im Prozess - Ein Lesebuch. Köln: GwG-Verlag
- Flick,U. (2002): Qualitative Sozialforschung. Eine Einführung. Reinbek
- Foucault M.(1977): Der Wille zum Wissen. Sexualität und Wahrheit I, Frankfurt/M.
- Foucault, M. (1979): Überwachen und Strafen. Die Geburt des Gefängnisses. Frankfurt/Main: Suhrkamp(frz. Original 1975)
- Foucault, M. (1985): Freiheit und Selbstsorge. Frankfurt . Frankfurt/Main
- Foucault, M. (1984 ) : Von der Freundschaft. Michel Foucault im Gespräch. Berlin

- Foucault, M. (1986): Sexualität und Wahrheit. Dritter Band: Die Sorge um sich. Frankfurt: Suhrkamp
- Foucault, M. (1971, 1987): Von der Subversion des Wissens, Frankfurt/M., S. 69-92
- Foucault, M. (1993): Technologien des Selbst. Frankfurt:
- Foucault, M. (1996): Der Mensch ist ein Erfahrungstier. Gespräche. Frankfurt/Main: Suhrkamp
- Franzkowiak P. (1986): Risikoverhalten und Gesundheitsbewusstsein bei Jugendlichen. Heidelberg: Springer
- Franzkowiak, P., Wenzel, E. (1985): Die Gesundheitserziehung im Übergang zur Gesundheitsförderung. In: Verhaltenstherapie und psychosoziale Praxis. 2, S 240 - 255
- Franzpötter, R. (2000): Der unternehmerische Angestellte. In: Minssen, H. (Hrsg.): Begrenzte Entgrenzungen. Wandlungen von Organisation und Arbeit. Berlin: sigma
- Fritzsche K. P. (1998): Die Stressgesellschaft. Vom schwierigen Umgang mit den rasanten gesellschaftlichen Veränderungen. München
- Fromm, E. (1941/1980 u.1981): Die Furcht vor der Freiheit. Gesamtausgabe (GA) I., S. 215 - 392
- Fromm, E. (1960): Psychoanalyse und Zen-Buddhismus. GA VI, 301 - 358
- Fromm, E. (1976): Haben oder Sein. Die seelischen Grundlagen einer neuen Gesellschaft. München
- Fuchs, T. (2006): Non-verbale Kommunikation: Phänomenologische, entwicklungspsychologische und therapeutische Aspekte. Dokumentiert in: [uniklinikum-hd.de/fileadmin/zpm/psychatrie/pdf/non\\_verbal.pdf](http://uniklinikum-hd.de/fileadmin/zpm/psychatrie/pdf/non_verbal.pdf)
- Fuchs-Heinritz u.a. (Hrsg.1995<sup>3</sup>): Lexikon zur Soziologie. Opladen: Westdt. Verlag
- Funk, R. (2005): Ich und Wir. Psychoanalyse des postmodernen Menschen. München: dtv
- Galt, V., Workplace Reporter, v. 21.7.2000
- Gadamer, H.-G. (1994): Über die Verborgenheit der Gesundheit. Frankfurt/M: Suhrkamp
- Gamm, G. (1994): Flucht aus der Kategorie - die Positivierung des Unbestimmten als Ausgang der Moderne. Frankfurt am Main: Suhrkamp
- Garhammer, M. (1994): Balanceakt Zeit. Auswirkungen flexibler Arbeitszeiten auf Alltag, Freizeit und Familie. Berlin: sigma
- Geiser, C. (1997): Die Relevanz des Selbstkonzepts für die Arbeit mit dem Körper. GfK-Texte 3/1997, 20 - 27. Dokumentiert in: <http://www.gfk-institut.ch/Texte/relev.html>

- Geissler K.H. (1992): Zeit leben. Vom Hasten und Rasten, Arbeiten und Lernen, Leben und Sterben, 4. Auflage, Weinheim - Berlin
- Geissler, K.H. (1998): Zeitwohlstand. Die Gewerkschaften als Wegbereiter einer neuen Zeitkultur. In: IG METALL (Hrsg.): Arbeitszeitpolitische Konferenz der IG Metall „Die Zeiten ändern sich -Arbeitszeit verkürzen und gestalten - gegen Arbeitslosigkeit“. Frankfurt:Selbstverlag, S. 100 - 103
- Geissler, K.H., Adam, B. (1998): Die Non-Stop-Gesellschaft und ihr Preis - vom Zeitmißbrauch zur Zeitkultur. In: Time & society, Bd. 7 (1998), 1, S.161-16
- Geissler, K.H., Orthey, F.M.(2000): Vom Bildungsnotstand zur Bildungsnötigung. In: Zeitschrift für Berufs- und Wirtschaftspädagogik. Jg. 96, Heft 1, S. 102 - 110
- Gendlin, E.T. (1993): Die umfassende Rolle des Körpergefühls in Denken und Sprechen. In: Deutsche Zeitschrift für Philosophie (1993), Bd. 41, S. 693 - 706
- Gendlin, E. T. (1999): Focusing in der Praxis. Eine schulenübergreifende Methode für Psychotherapie und Alltag. Leben lernen 131. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- Georg, A., Peter, G. (2007): WAI/ABI - Die Bewertung von Arbeit und Gesundheit - zur gesundheitspolitischen und wissenschaftlichen Einordnung des Arbeitsbewältigungsindex. In: Georg, A., Hien, W., Peter, G. (2007): Neue Autonomie in der Arbeit und die Bewertung von Arbeit und Gesundheit. Sfs-Beiträge aus der Forschung, Bd.155. Dortmund: Selbstverlag
- Gergen, K. J. (1996): Das übersättigte Selbst - Identitätsprobleme im heutigen Leben. Heidelberg: Carl-Auer
- Gerlmaier, A. (2002): Anforderungen, Belastungen und Ressourcenpotenziale von Freelancern und Intrapreneuren im IT-Bereich: Ergebnisse einer empirischen Studie. Vorläufiger Zwischenbericht des NestO-Teilprojektes "Ressourcen- und Kompetenzmanagement" für den IT-Bereich,
- Geuter, U. (1998): Wege zum Körper. In: Ehrhardt, J. (Hrsg.): Spüren, Experimentieren, Gestalten. CALE-Papers Nr. 9, Hannover
- Giddens, A. (1991): Modernity and self-identity. Cambridge: Polity Press
- Giddens A. (1984, 1995<sup>2</sup>): The Constitution of Society. Outline of the Theory of Structuration, Cambridge, deutsch: Die Konstitution der Gesellschaft. Grundzüge einer Theorie der Strukturierung. Mit einer Einführung von Hans Joas, Frankfurt/Main - New York
- Glatzel, C. (1993): "Wer sein Leben nicht riskiert, verliert es!" Über die Bedeutung der Gesundheit im Leben der Beschäftigten. In: Czock, H., u.a. (Hrsg.): Gesundheitsförderung in der Arbeitswelt. Berlin
- Gleißmann, W. (1999): Sinn als Mittel indirekter Steuerung. In: IG METALL (Hrsg.): Meine

- Zeit ist mein Leben. Neue betriebspolitische Erfahrungen zur Arbeitszeit. Frankfurt/Main: Glißmann, W. (2000a): Ökonomisierung der „Ressource Ich“ - Die Instrumentalisierung des Denkens in der neuen Arbeitsorganisation. In: IG METALL (Hrsg.): Mit Haut und Haaren. Der Zugriff auf das ganze Individuum. Frankfurt/Main: Eigendruck
- Glißmann, W. (2000b): Die neue Selbständigkeit in der Arbeit. Maßlosigkeit und Ökonomisierung der “Ressource Ich”. In: Peters, J.: Dienstleistungsarbeit in der Industrie. Ein gewerkschaftliches Gestaltungsfeld. Hamburg: VSA, S. 50 – 80.
- Glißmann, W. (2002): Der neue Zugriff auf das ganze Individuum. Wie kann ich mein Interesse behaupten? In: Moldaschl, M., Voß, G.G. (Hrsg.): Subjektivierung von Arbeit: München und Mering: Hampp. Dokumentiert in: [www.cogito-institut.de](http://www.cogito-institut.de)
- Glißmann, W., Peters, K. (2001): Mehr Druck durch mehr Freiheit. Die neue Autonomie in der Arbeit und ihre paradoxen Folgen. Hamburg: VSA
- Glücksarchiv (2004): Achtsamkeit. Dokumentiert in: <http://www.gluecksarchiv.de/inhalt/achtsamkeit.htm>
- Göbel, E. (2004): Das Subjektive in der Arbeit und die betriebliche Gesundheitsförderung. In: Kuhn, J., Göbel, E., Busch, R. (Hrsg.): Leben, um zu arbeiten? Frankfurt/M: Mabuse
- Goffman, E. (1973): Interaktionsrituale: über Verhalten in direkter Kommunikation. Frankfurt/Main: Suhrkamp
- Gorz (1994): Kritik der ökonomischen Vernunft. Sinnfragen am Ende der Arbeitsgesellschaft. Berlin: Rotbuch.
- Gorz, A. (2000): Arbeit zwischen Misere und Utopie. Frankfurt/Main: Suhrkamp.
- Gorz, André (2002): Welches Wissen? Welche Gesellschaft? In: Heinrich-Böll-Stiftung (Hg.): Gut zu wissen. Links zur Wissensgesellschaft. Münster, 14 – 35.
- Graefe, S. (2005): Wir Depressiven. ak - analyse + kritik - Zeitung für linke Debatte und Praxis/Nr. 494/15.4.
- Grisoni, F. (1990): Entretien avec Francois Grisoni. In: Evolutions psychomotrice, Nr.7, S. 6 - 11
- Güttler, P. O. (2003): Sozialpsychologie. München: Oldenbourg Wissenschaftsverlag
- Gugutzer, R. (2002): Leib, Körper und Identität. Eine phänomenologisch-soziologische Untersuchung zur personalen Identität. Wiesbaden: Westdeutscher Verlag
- Initiative Neue Qualität der Arbeit (INQA) (2006): Was ist gute Arbeit? Inqua-Bericht Nr.19. Dortmund: Selbstverlag
- Haas, R. (1999): Entwicklung und Bewegung. Schorndorf: Hofmann
- Haneberg, B (1995): Leib und Identität. Würzburg: Ergon



- Hardt, M, Negri, A. (2000): Empire. Cambridge, Mass. [u.a.] : Harvard Univ. Press
- Hau S., Deserno, H., Leuzinger-Bohleber, M. (2005): Depression – Pluralismus in Praxis und Forschung. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht
- Haubl, R.(2005): Purity and danger - Group analysis on its way to be fit for reality. In: Gruppenpsychotherapie und Gruppendynamik, Bd. 41 (2005), 3, S.267-285
- Haug, W.F. (1980): 'Werbung' und 'Konsum'. Systematische Einführung in die Waren-ästhetik. West-Berlin: argument
- Haug, W.F. (1987): Die Faschisierung des bürgerlichen Subjekts. Berlin: argument
- Haug, W.F.(1993): Elemente einer Theorie des Ideologischen. Hamburg: argument
- Haug, W.F. (1996): Philosophieren mit Brecht und Gramsci. Hamburg: argument
- Hegel, G.W.F. (1970): Einleitung in die Naturphilosophie, Werke Bd. 9. Frankfurt/Main
- Heinl, H., Petzold, H., Fallenstein, A. (1985): Das Arbeitspanorama. In: Petzold, H., Heinl, H. (Hrsg.): Psychotherapie und Arbeitswelt. Paderborn: Junfermann
- Heintel, P. (1999): Innehalten. Gegen die Beschleunigung - für eine andere Zeitkultur. Freiburg: Herder
- Hendricks-Gendlin, M. (2003): Focusing as a Force for Peace: The Revolutionary Pause. Keynote Address to the Fifteenth Focusing International Conference 2003 in Germany. Dokumentiert in: [http://www.focusing.org/social\\_issues/hendricks\\_peace.htm](http://www.focusing.org/social_issues/hendricks_peace.htm)
- Hensch C., Wismer, U. (1997): Zukunft der Arbeit. Stuttgart: Schaeffer-Poeschel
- Heppekausen, J., Mägdefrau, J. (2003): Persönlichkeitsbildung in einem theaterpädagogischen Projektseminar. In: journal für lehrerInnenbildung, 3. Jg., 4/2003, S.63-71, dokumentiert in: <http://www.ph-freiburg.de/ew1/Personen/heppekausen/Persoenlichkeitsbildung.pdf>
- Hermann/Promberger et al. (1999): Forcierte Arbeitszeitflexibilisierung. Die 35-Stunden-Woche in der betrieblichen und gewerkschaftlichen Praxis. Berlin: sigma
- Hielscher, V., Hildebrandt, E. (1999): Zeit für Lebensqualität - Auswirkungen verkürzter und flexibilisierter Arbeitszeiten auf die Lebensführung. Berlin
- Hien, W. (1996): Widersprüchliche Orientierungen zwischen KursleiterInnen und TeilnehmerInnen - am Beispiel der Frage: "Wie anders wollen wir leben und arbeiten? In: Angestelltenkammer Bremen (Hrsg.): Arbeit & Gesundheit in der Bildungsarbeit. Dokumentation der Fachtagung vom 18. - 22.4.1994 in Bad Zwischenahn. Bremen, 45 - 51
- Hien, W., König, C., Milles, D, Spalek, R. (2002): Am Ende ein neuer Anfang? Arbeit, Gesundheit und Leben der Werftarbeiter des Bremer Vulkan. Hamburg: VSA

- Hien, W. (2007): Neue Autonomie in der Arbeit: Quelle neuer Belastungen. In: Georg, A., Hien, W., Peter, G.: Neue Autonomie in der Arbeit und die Bewertung von Arbeit und Gesundheit. Sfs-Beiträge aus der Forschung, Bd.155. Dortmund: Selbstverlag, S. 14 - 53
- Hien, W. (2008): "Irgendwann geht es nicht mehr". Älterwerden und Gesundheit im IT-Beruf. Hamburg: VSA
- Hinrichs, K. (1992): Zur Zukunft der Arbeitszeit flexibler Arbeitnehmer-Präferenzen. In: Soziale Welt, 43, S. 313 - 330
- Hinrichs, P. (1981): Um die Seele des Arbeiters. Arbeitspsychologie, Industrie und Betriebssoziologie in Deutschland. Köln: Pahl-Rugenstein
- Hörning, K. H., Gerhardt, A., Michailow, M. (1991<sup>2</sup>): Zeitpioniere: flexible Arbeitszeiten - neuer Lebensstil. Frankfurt am Main: Suhrkamp
- Hoff, A.(1996): Konsequenzen einer umfassenden Flexibilisierung der Arbeitszeiten. In: Kutscher, J., Weidinger M., Hoff, A. (Hrsg.): Flexible Arbeitszeitgestaltung: Praxis-Handbuch zur Einführung innovativer Arbeitszeitmodelle. Wiesbaden: Gabler
- Holert, T. (2001): Einsamkeit ist gut für die Ökonomie. In: Literaturen 02/01, S.50 - 57
- Holtgrewe, U. (2003) Organisationen: Unterwerfung, Distanzierung, Anerkennungskämpfe. In: Schönberger, Klaus/Stefanie Springer (Hg.): Technisierung und Subjektivierung – Zur Veränderung des Arbeitshandelns in der Wissensgesellschaft. Frankfurt a.M./ New York: Campus, S. 21 – 43, dokumentiert in: <http://soziologie.uni-duisburg.de/PERSONEN/holtgrewe/uh-ia902.pdf>.
- Holzkamp, K.(1978<sup>4</sup>): Sinnliche Erkenntnis - Historischer Ursprung und gesellschaftliche Funktion der Wahrnehmung. Königstein/Ts.: Athenäum
- Homfeldt, H.G. (19942): Biografische Reflexion und Selbsterziehung. In: Homfeldt, H.G. (Hrsg.): Anleitungsbuch zur Gesundheitsbildung. Baltmannsweiler: Schneider , S. 20 - 23
- Honneth, A. (1988): Foucault und Adorno – zwei Formen einer Kritik der Moderne, in: Kemper, P. (Hrsg.): Postmoderne oder der Kampf um die Zukunft, Frankfurt/M.:Fischer
- Honneth, A. (1990): Ethos der Moderne.
- Honneth, A. (2002): Organisierte Selbstverwirklichung - Paradoxien der Individualisierung.<In: (Honneth, A., Hrsg.): Befreiung aus der Mündigkeit. Frankfurt/Main: Campus, S. 141 - 158
- Hurrelmann K. (1988), Sozialisation und Gesundheit. Weinheim - München
- Hurrelmann, K. (2000), Gesundheitssoziologie. Eine Einführung in sozialwissenschaftliche Theorien von Krankheitsprävention und Gesundheitsförderung, Weinheim
- IG Metall (2001): Arbeiten ohne Ende? Dokumentation der gleichnamigen Fachtagung vom

22./23.11.2001. Frankfurt/Main: Selbstverlag

IG Metall (1999, Hrsg.): Verlängerung der faktischen Arbeitszeit, indirekte Steuerung der Arbeitnehmer und gewerkschaftlichen Betriebspolitik. Frankfurt/Main: Selbstverlag

IG Metall ((1998, Hrsg.): Arbeitszeitpolitische Konferenz der IG Metall „Die Zeiten ändern sich - Arbeitszeit verkürzen und gestalten - gegen Arbeitslosigkeit“. Frankfurt: Selbstverlag

Joas, H. (1996): Die Kreativität des Handelns. Frankfurt/Main.

Jurczyk, K./Rerrich, M. S. (Hrsg.,1993): Die Arbeit des Alltags. Beiträge zu einer Soziologie der alltäglichen Lebensführung. Freiburg: Lambertus

Jurczyk, K., Voß , G.G. (2000): Entgrenzte Lebenszeit - Reflexive Lebenszeit. In: Hildbrandt, E. (Hrsg.) Reflexive Lebensführung. Zu den sozialökologischen Folgen flexibler Arbeit. Berlin: edition sigma

Kaesler, D.,Vogt, L. (2000): Hauptwerke der Soziologie. Stuttgart: Kröner

Karasek, R.A. / Theorell, T. (1990): Healthy work. stress, productivity, and the reconstruction of working life. New York: Basic Books.

Karazman, R. (1994): Sinn, Stress, Soma. Existenzanalytischer Paradigmenwechsel und Humanisierung des Stress-Verständnisses. In: "Update Psychoneuroimmunologie", 4, 49 - 65

Keil, A. (1999): Zur Leibhaftigkeit menschlicher Existenz. In: Alheit, P. et al. (Hrsg.): Biografie und Leib. Gießen, S. 73 - 88

Kepner, J.I.(1986): Körperprozesse. Köln: Edition Humanistische Psychologie

Kerber, H., Schmieder, A. (1984, Hrsg.): Handbuch Soziologie. Reinbek: Rowohlt

Keupp, H. (1994 Hrsg.): Zugänge zum Subjekt. Frankfurt: Suhrkamp

Keupp, H. (2000): Identitäten in Bewegung - und die illusionäre Hoffnung auf den Körper. In: motorik 23, S.113 - 122

Keupp, H., Ahbe, T., Gmür, W., Höfer, R., Mitzscherlich, B. Kraus, W., Straus, F. (1999): Identitätskonstruktionen. Zum Patchwork der Identitäten in der Spätmoderne. Reinbek: Rowohlt

Kleemann, F., Matuschek I., Voß, G.G. (2002): Subjektivierung von Arbeit. In: Moldaschl, M., Voß, G. (Hrsg.): Subjektivierung von Arbeit: München und Mering: Hampp

Kocyba, Hermann (2000): Der Preis der Anerkennung. Von der tayloristischen Missachtung zur strategischen Instrumentalisierung der Subjektivität der Arbeitenden. In: Holtgrewe, U., Voswinkel, S., Wagner, G. (Hrsg.): Anerkennung und Arbeit, Konstanz. S. 127 – 140

- Köhnen, H. (o.J.): Gesundheitsmapping. Die Darstellung von Gesundheits- und Sicherheitsproblemen am Arbeitsplatz. Dokumentiert in: <http://www.tatort-betrieb.de/materialien/datei.html?id=13353>
- Körner, S. (2002): Der Körper, sein 'Boom', die Theorie(n). Anthropologische Dimensionen zeitgenössischer Körperkonjunktur. Berlin: Wissenschaftlicher Verlag
- Kratzer, N. (2003): Arbeitskraft in Entgrenzung. Berlin: Edition Sigma
- Kreimer, M. (1998): Frauenarbeit und Flexibilisierung. In: Zilian, H.G., Flecker, J. (Hrsg.): Flexibilisierung Problem oder Lösung? Berlin: sigma
- Kühl, S. (1994): Wenn die Affen den Zoo regieren. Frankfurt/Main: Campus
- Kühn, H. (2001): Normative Ätiologie - zur Herrschaftlichkeit des gesellschaftlichen Krankheitsverständnisses. In: Jahrbuch für Kritische Medizin: Hamburg: argument
- Kuhn, J. (1996): Betriebliche Gesundheitsberichterstattung als Instrument der Gesundheitsplanung. In: Sicherheitsingenieur, 4, 12 - 15
- Kuhn, J. (2003): Betriebliche Gesundheitsförderung im modernen Kapitalismus. In: Kuhn J., Göbel, E. (Hrsg.): Gesundheit als Preis der Arbeit? Frankfurt/M: Mabuse
- Kuhn, J., Göbel, E., Busch, R. (Hrsg. 2005): Leben, um zu arbeiten? Frankfurt/M: Mabuse
- Kuhn, J.(2005): Gesundheit, Autonomie, Sinn - Anmerkungen zur Eignung von Lebenszielen als Handlungsorientierung in der betrieblichen Gesundheitsförderung. In: Kuhn, J., Göbel, E., Busch, R. (Hrsg.): Leben, um zu arbeiten? Frankfurt/M: Mabuse, S. 159 - 171
- Kurz, R.(1995): Postmarxismus und Arbeitsfetisch. Zum historischen Widerspruch in der Marxschen Theorie. In Krisis, beiträge zur kritik der warengesellschaft. Horlemann-Verlag
- Längle 1985, Hrsg.): Wege zum Sinn. Logotherapie als Orientierungshilfe. Für Victor Frankl. München,Zürich: Piper
- Langemeyer, I. (2004): Subjektivität und kollektive Erfahrung. In: Marktregime und Subjekt im Neoliberalismus. Widerspruch 46, 24. Jg., 1.Hj. 2004, S. 65 – 78
- Langemeyer, I. (2006). Für eine historisch-strukturelle Analyse des Zusammenhangs von Subjekt, Produktion und Macht. In: (Scholz, D., Glawe H., Martens H., Paust-Lassen, P., Peter G., Wolf, F. O., Hg.): „Turnaround? Strategien für eine neue Politik – Herausforderungen an Gewerkschaften und Wissenschaft“. Münster: Westfälisches Dampfboot (153-164).
- Lazarus, R.S., Launier R (1981): Stressbezogene Transaktionen zwischen Person und Umwelt. In: Nitsch, J.R.(Hrsg.): Stress. Theorien, Untersuchungen, Maßnahmen. Bern: Huber, 213 - 259
- Lazzarato, M. (2002): videophilosophie. zeitwahrnehmung im postfordismus, Berlin

- Leborgne, D. Lipietz, A. (1996): Postfordistische Politikmuster im globalen Vergleich. In: Das Argument 217, S.697-712
- Leithäuser, T. (1983): Gesundheitsrisiko Arbeitswelt. In: Loccumer Protokolle 10 / 1983. Loccum: Evangelische Akademie, S. 117-137
- Lemke T. (1997): Eine Kritik der politischen Vernunft. Foucaults Analyse der modernen Gouvernementalität, Frankfurt/M.
- Lemke, T. (2006): Flexibilität. Dokumentiert in:  
[www.thomaslemkeweb.de/publikationen/Flexibilitaet](http://www.thomaslemkeweb.de/publikationen/Flexibilitaet)
- Lemke, T., Krasmann, S., Bröckling, U. (2000): Gouvernementalität der Gegenwart. Studien zur Ökonomisierung des Sozialen, Frankfurt/M
- Lemmer Schmid, J. (2007): Flow- Erleben und Achtsamkeit. Neue Paradigmen psychomotorischer Gesundheitsförderung. In: Motorik 30 (2007) 3, S. 130 - 134
- Lenhardt, U. (2007): Arbeitsbedingungen in Deutschland. Nichts für schwache Nerven. In: Gute Arbeit 3/07, 36 - 39
- Lenhardt, U., Elkeles, T., Rosenbrock, R. (1997): Betriebsproblem Rückenschmerz. Eine gesundheitswissenschaftliche Bestandsaufnahme zu Verursachung, Verbreitung und Verhütung. Weinheim und München
- Lesmeister, R. (2007): Der Mensch ist ein Übergang – Tiefenpsychologische Perspektiven zur Krise des Subjektes ein Jahrhundert nach Nietzsche. Dokumentiert in:  
[www.sgap.ch/pdf/DerMenschisteinUebergang.doc](http://www.sgap.ch/pdf/DerMenschisteinUebergang.doc)
- Lewin, K. (1969): Feldtheorie in den Sozialwissenschaften. Bern: Huber
- List, E. (1999): Selbst-Verortungen. Zur Restituierung des Subjekts in den Diskursen um den Körper. Unveröffentlichtes Manuskript
- Lukoschik, B. (1990): Die gesellschaftlichen Wurzeln der modernen Naturwissenschaft. Ein Versuch zur Strukturlogik von moderner Gesellschaft, Ich-Identität und Naturwissenschaft. In: Wissenschaft vom Menschen. Jahrbuch der internationalen Erich-Fromm-Gesellschaft. Münster, S. 113 - 173
- Luxemburger Deklaration zur betrieblichen Gesundheitsförderung in der Europäischen Union (1997)
- Marcel, G. (1978): Leibliche Begegnung. Notizen aus einem gemeinsamen Gedankengang. In: Kraus, A. (Hrsg.): Leib Geist Geschichte. Heidelberg: S. 74 - 73
- Marstedt G., Mergner, U. (1986): Psychische Belastungen in der Arbeitswelt- theoretische Ansätze, Methoden und empirische Forschungsergebnisse: Opladen : Westdeutscher Verl.

- Marstedt G., Mergner, U. (1996): Gesundheit als Produktivitätspotential : Arbeitsschutz und Gesundheitsförderung im gesellschaftlichen und betrieblichen Strukturwandel - 1996 WSI-Mitteilungen, Frankfurt/Main: Bund-Verlag. 49 (1996),2, S. 71-79
- Marx K. (1973/1867): Das Kapital. Kritik der politischen Ökonomie, Bd. 1: Der Produktionsprozess des Kapitals, Marx-Engels-Werke, Bd. 23, Berlin (DDR): Dietz.
- Marx, K. (1989): Ökonomisch-philosophische Manuskripte. In: MEW Ergänzungsband. Schriften bis 1844. Berlin (DDR): Dietz
- Merleau-Ponty, M. (1945/1966): Phänomenologie der Wahrnehmung. Berlin: Walter de Gruyter
- Merleau-Ponty, M. (1964, 1986): Das Sichtbare und das Unsichtbare. München
- Milz, H. (2001): Mit dem Leib lernen - Gesundheit und Heilung ganzheitlich fördern. In: Steinmüller, W., Schäfer, K., Fortwängler, M. (Hrsg.): Gesundheit - Lernen - Kreativität. Alexander-Technik, Eutonie und Feldenkrais als Methoden zur Gestaltung somatopsychischer Lernprozesse. Bern: Hans Huber
- Mittendorfer, K. (1998): Persönlichkeitsstruktur und die zeitliche Irregularisierung der Arbeitswelt: Auf dem Weg zu angepassten Individuen mit Autonomieillusion. In: Zilian, H.G., Flecker, J. (1998, Hrsg.): Flexibilisierung - Problem oder Lösung? Berlin: sigma. S. 223 -
- Moldaschl, M. Schultz-Wild, R. (1994, Hrsg.): Arbeitsorientierte Rationalisierung. Fertigungsinseln und Gruppenarbeit im Maschinenbau. Frankfurt/New York: campus
- Moldaschl, M. (1998): Internalisierung des Marktes. Neue Unternehmensstrategien und qualifizierte Angestellte. In: IfS, INIFES, ISF, SOFI (Hg.): Jahrbuch sozialwissenschaftliche Technikberichterstattung '97. Schwerpunkt: Moderne Dienstleistungswelten, Berlin, S.197 – 250.
- Moldaschl, M. (1999): Das befreite Subjekt als homo oeconomicus. In: Moldaschl, M., Nagler, M., Senghaas-Knobloch, E.: Subjektivität, ökonomische Verwertung und Arbeitskultur. artec-Paper Nr. 66, S. 1 - 13
- Moldaschl, M., Voß, G. (2002, Hrsg.): Subjektivierung von Arbeit: München und Mering: Hampp
- Moldaschl, M., Sauer (2000): Internalisierung des Marktes - zur neuen Dialektik von Kooperation und Herrschaft. In: Minssen, H (Hrsg.): Begrenzte Entgrenzungen. Wandlungen von Organisation und Arbeit. Berlin sigma
- Morgenroth , C. (2003): Von der Eile, die krank macht, und der Zeit, die heilt. Freiburg i.Br.: Herder
- Morgenroth , C. (2007): Subjektives Zeiterleben, gesellschaftliche Entgrenzungsphänomene, und depressive Reaktionen. Ein sozialpsychologischer Versuch. Unveröffentlichtes Manuskript

- Müller, C. (2003): Neoliberalismus als Selbstführung. Anmerkungen zu den ‚Governmentality Studies‘. In: Argument 249. Hamburg, S. 98-106.
- Müller, M./ Halder, A. (1959): Herders Kleines philosophisches Wörterbuch. Freiburg im Breisgau: Herder
- Müller, R. (2005): Die Biographie als gesundheitliche Kategorie. In: Kuhn, J., Göbel, E., Busch, R. (Hrsg.): Leben, um zu arbeiten? Frankfurt/M: Mabuse, S.43 - 55
- Müller, S. (2000): Zeitverhältnisse und Zeitriss. Oder: Weshalb m Schwund der Arbeit Erinnerung unverzichtbar wird.: In: Ahrens, J. (Hrsg.): Jenseits des Arbeitsprinzips. Vom Ende der Erwerbsgesellschaft. Tübingen: edition diskord
- Musil, Robert (1952): Der Mann ohne Eigenschaften. Hamburg.
- Nemitz, B. (1983): Automationsarbeit, Arbeitsmedizin, Arbeitskultur. In: Horn, K., Beier, C., Wolf, M. (Hrsg.): Krankheit, Konflikt, soziale Kontrolle. Opladen, S.174 - 184)
- Neues Deutschland 28.08.01
- Nitsch, J.R.(1981, Hrsg.): Stress. Theorien, Untersuchungen, Maßnahmen. Bern: Huber
- Noé, A., Schröder, J. (2000): Identität ins Spiel gebracht. In: Motorik 23 (2000) 3, S.102 -107
- Novotny, H. (1990): Eigenzeit. Entstehung und Strukturierung eines Zeitgefühls. Frankfurt: Suhrkamp
- Ottomeyer, K. (1986): Leib, Sinnlichkeit und Körperverhältnis im Kontext der Marx'schen Theorie. In: Petzold, H. (Hrsg.): Leiblichkeit. Paderborn: Junfermann
- Pearlin, L.I., Schooler, C. (1987): The structure of coping. Journal of Health and Social Behaviour
- Peter, G. (1991, Hrsg.): Arbeitsforschung? Methodologische und theoretische Reflexion und Konstruktion. Dortmund: Montania
- Peter, G. (2008): Paradigmenwechsel der Arbeitsgestaltung. In: Peter, G. Wolf, F.O. (Hrsg.): Welt ist Arbeit. Im Kampf um die neue Ordnung. Münster: Westfälisches Dampfboot, S. 138 - 188
- Peter, A., Peter, G. (2008): Über menschliche Freiheit und gesellschaftliche Entwicklung. In: Peter, G. Wolf, F.O. (Hrsg.): Welt ist Arbeit. Im Kampf um die neue Ordnung. Münster: Westfälisches Dampfboot, S. 222 - 249
- Petzold, H. (Hrsg., 1986): Leiblichkeit. Paderborn: Junfermann
- Petzold (1981): Das Hier-und-Jetzt-Prinzip und die Dimension der Zeit in der Psychologischen Gruppenarbeit. In: Bachmann (Hrsg.): Grenzen und Möglichkeiten sozialen Lernens. Frankfurt: Fischer. S. 214 - 302

- Petzold, H.(1992, Hrsg.): Die neuen Körpertherapien. München: dtv
- Petzold, H. G., Goffin, J. J. M., Oudhoff, J. (1993): Protektive Faktoren – eine positive Betrachtungsweise in der klinischen Entwicklungspsychologie. Faculty of Human Movement Sciences, Clinical Movement Therapy. In: Petzold, Sieper (1993), S. 173 – 266
- Plügge, H.(1986): Über das Verhältnis des Ichs zum eigenen Leib. In: Petzold, H. (Hrsg): Leiblichkeit. Paderborn
- Pongratz, H.J., Voß, G.G. (2003): Arbeitskraftunternehmer. Erwerbsorientierungen in entgrenzten Arbeitsformen. Berlin: sigma
- Prantl, H. ( 2005): Kein schöner Land. Die Zerstörung der sozialen Gerechtigkeit- In: Neue Justiz, Bd. 59 (2005), 9, S.406
- Prior, A./Renner A. (1995): Bilanzierung belastungsorientierter Gesundheitsförderung im Betrieb - unter besonderer Berücksichtigung der körperlichen Belastungen. (Hrsg.: Bundesanstalt für Arbeitsschutz). Dortmund
- Projektgruppe Automation und Qualifikation - PAQ (1987): Widersprüche der Automationsarbeit. Berlin: argument
- Projekt Automation und Qualifikation – PAQ (1980 und 1981): Automationsarbeit, Empirie 1 und Empirie 3. Berlin: argument
- Raehlmann,I., Meiners, et al.( 1993): Flexible Arbeitszeiten: Wechselwirkungen zwischen betrieblicher und außerbetrieblicher Lebenswelt. Opladen: Westdeutscher Verlag
- Reheis, F. (2003): Entschleunigung. Abschied vom Turbokapitalismus. München: Riemann
- Reitz, T. (2003): Die Sorge um sich und niemand anderen. Foucault als Vordenker neoliberaler Vergesellschaftung. In: Das Argument 249, 45.Jg., 82 - 97
- Richter, G. (2000): Psychische Belastung und Beanspruchung. Stress, psychische Ermüdung, Monotonie, psychische Sättigung. Bremerhaven (Schriftenreihe für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, Fa 26, 54 ff.
- Richtering, G. Droste, I., Reulecke, W., Murza, G. (1992): Gesundheit - Arbeit - Sport. Materialien zur betrieblichen Gesundheitsförderung. In: Kultusministerium des Landes NRW (Hrsg.): Materialien zum Sport in NRW, Heft 38, Frechen
- Rieder, K. (2001): Empowerment and utilisation of the customer in service work. Beitrag zum Workshop “Personnel, Organization, Poststructuralism” am 1./2. Juni 2001 in Innsbruck. In: [http://iol.uibk.ac.at/conference/abstracts\\_innsbruck.pdf](http://iol.uibk.ac.at/conference/abstracts_innsbruck.pdf). [2.1.2002]
- Rittner, V. (1982): Krankheit und Gesundheit. Veränderungen in der Sozialen Wahrnehmung des Körpers.. In Kamper, D., Wulf, Ch. (Hrsg.): Die Wiederkehr des Körpers. Frankfurt: Suhrkamp



- Rohmert, W., Rutenfranz, F. (1983): Praktische Arbeitsphysiologie. Stuttgart, New York
- Rorty, R. (1993): Eine Kultur ohne Zentrum. Stuttgart
- Rosa H. (1999): Bewegung und Beharrung: Überlegungen zu einer sozialen Theorie der Beschleunigung. In: Leviathan, Heft 3, S. 386-414.
- Rosa H. (2005): Soziale Beschleunigung. Die Veränderung der Zeitstruktur in der Moderne. Frankfurt/Main.
- Rose, N. (1990): Governing the soul: The shaping of the private self. London.
- Rose, N. (1998): Inventing ourselves. Psychology, Power, and Personhood. Cambridge University Press: Cambridge
- Rose, N. (2000): Das Regieren von unternehmerischen Individuen. In : Kurswechsel – Leitbild Unternehmer. Neue Selbständige, Wettbewerbsstaat und Gesellschaftspolitik, 8 (2)
- Rosenbrock, R. (1993): Prävention und Gesundheit in der Arbeitswelt - der mögliche Beitrag der Krankenkassen zum Paradigmenwechsel betrieblicher Gesundheitspolitik. Berlin, Eigenverlag
- Rüb, M. (1990): Das Subjekt und sein Anderes. Zur Konzeption von Subjektivität beim frühen Foucault. In: Erdmann, E., Forst, R. Honneth, A. (Hrsg.): Ethos der Moderne. Foucaults Kritik der Aufklärung. Frankfurt, New York: Campus
- Rumpf, H. (1996): Rechtwinklig - beherrscht geradlinig. Über die Durchsetzung eines zivilisierten Körpergehabes. In: PÄD-Forum 10/96, 442 - 447
- Rutter, M., Giller, H., Hagell, A. (1998): Anti-social behaviour by young people. New York: Cambridge University Press
- Sartre, J. P. (1943/1993): Das Sein und das Nichts. Reinbeck bei Hamburg: Rowohlt.
- Satzer, R., Sturmfels, A. (1989): "Manchmal könnt' ich alles schmeißen". Vor-Ort Report über Gesundheitsfragen: Die Beschäftigten verbessern ihre Arbeitsbedingungen. Hamburg: VSA
- Satzer, R., Sturmfels, A. (1994): Lieber gesund feiern als krank schuften. Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz. Fachhochschulverlag, Bd. 38. Sonderdruck für IG Metall Vorstand, Frankfurt/Main
- Schachtner, C. (1997): Technik und Subjektivität. Frankfurt/Main: Suhrkamp
- Schandl, F. (2007): Sei so. Kleine Fundstücke wider die große Affirmation. wespennest 149, 11/07 Dokumentiert in: <http://www.balzix.de/fs%200712%20SEI%20SO.html>
- Schlicht, W. (1994): Sport und Primärprävention. Göttingen

- Schmidt, H. (1995): Das unterwürfige Selbst. Zur Kritik des Ipsismus. Mainz: edition Bronski
- Schmidt A. (2000): Mit Haut und Haaren - Die Instrumentalisierung der Gefühle in der neuen Arbeitsorganisation. In: IG METALL (Hrsg.): Mit Haut und Haaren. Der Zugriff auf das ganze Individuum. Frankfurt: Eigendruck. Dokumentiert in: [www.cogito-institut.de](http://www.cogito-institut.de)
- Schmidt, A. (2000): "Mich regiert blanke Angst": Die Realität extremer Gefühle in neuen Formen der Arbeitsorganisation. In: Pickshauss, K./ Schmitthenner, H./Urban, H.J. (Hrsg.): Arbeiten ohne Ende. Hamburg: VSA. Dokumentiert in: <http://www.labournet.de/diskussion/arbeitsalltag/schmidt.html>
- Schmidt, A. (2004): Gefährdungsbeurteilung und Prävention unter den Bedingungen indirekter Mitarbeitersteuerung. Unveröff. Manuskript.
- Schmidt, A. (2005): Paradoxe Folgen der indirekten Steuerung für die Gesundheit der Beschäftigten. In: IGM-Dokumentation "Freiwillig die Gesundheit riskieren". Frankfurt a.M.: IGM (Eigendruck)
- Schmitz, H.(1980): System der Philosophie, Bd.5: Die Aufhebung der Gegenwart. Bonn: Bouvier
- Schmitz, H. (1986<sup>2</sup>): Phänomenologie der Leiblichkeit. In: Petzold, H. (Hrsg.): Leiblichkeit. Paderborn: Junfermann
- Schmitz, H. (2005): Situationen und Konstellationen. Wider die Ideologie totaler Vernetzung. Freiburg, München
- Schorr, A. (1995): Gesundheit und Krankheit: Zwei Begriffe mit getrennter Historie? In: Lutz, R., Mark, D. (Hrsg.): Wie gesund sind Kranke? Göttingen (53 - 69).
- Schulze, G. (1992): Die Erlebnisgesellschaft. Kultursoziologie der Gegenwart. Frankfurt/Main: Campus
- Schwarzer, R. (1992): Psychologie des Gesundheitsverhaltens. Göttingen: Hogrefe
- Schwingel M. (1998<sup>2</sup>): Pierre Bourdieu zur Einführung. Hamburg: Junius
- Seewald, J. (1992): Leib und Symbol. München: Fink
- Seewald, J. (1996): Perspektiven der Motologie. Standortbestimmung und Zukunftsaufgabe. In: Amft, S./Seewald, J. (Hrsg., 1996): Perspektiven der Motologie. Schorndorf
- Seewald, J. (1997): Der „verstehende Ansatz“ und seine Stellung in der Theorielandschaft der Psychomotorik. In: Praxis der Psychomotorik 22 (1), 136 - 143
- Seewald, J. (2000): Durch Bewegung zur Identität? Motologische Sichten auf das Identitätsproblem. In: Motorik 23 (2000) 3, S. 94 - 101

- Seewald, J. (2003): Gesundheit - ein Thema für die Motologie? Wege zu einem motologischen Gesundheitsbegriff. In: Motorik, 26 (2003) 3, S. 134-142
- Seewald, J. (2006): Gesundheitsförderung - ein neues Paradigma der Motologie? In: Fischer, K., Knab, E., Behrens, M. (Hrsg.): Bewegung in Bildung und Gesundheit. Lemgo: Aktionskreis Literatur und Medien, S. 282 - 290
- Seewald, J. (2007): Der Verstehende Ansatz in Psychomotorik und Motologie (unter Mitarbeit von Andrea Noé). München: Reinhardt
- Seibert, T. (1999): Zwischen Unterwerfung und Autonomie. Ideologie und Realität der neuen Selbständigkeit In: ak - analyse & kritik 430 vom 23.9.1999
- Seifert, H., Welsch, J. (1999): Neue Technik und Arbeitszeiten in veränderten Arbeitswelten? In: Büssing, A. Seifert, H. (1999, Hrsg.): Die „Stechuhr“ hat ausgedient. Berlin: sigma
- Selye, H. (1991): Streß beherrscht unser Leben, München
- Sennett, R. (1998): Der flexible Mensch. Berlin: Berlin-Verlag
- Sennett R. (2004): The Culture of the New Capitalism, New York, deutsch: Die Kultur des neuen Kapitalismus. Aus dem Amerikanischen von Michael Bischoff.
- Sichler, R. (2003): Neue Arbeitswelt und Autonomie: Aspekte menschlicher Selbstbestimmung im flexibilisierten Kapitalismus. In: Birbaumer, A., Steinhardt G. (Hg.): Der flexibilisierte Mensch. Subjektivität und Solidarität im Wandel, 139-149. Asanger Verlag, Heidelberg, Kröning
- Siegrist, J. (1999): Chancen und Grenzen sozialwissenschaftlicher Evaluationsforschung im Gesundheitswesen. In: Badura, Siegrist (Hg.): Evaluation im Gesundheitswesen: Ansätze und Ergebnisse. Gesundheitsforschung, Weinheim: Juventa, S. 43-51
- Skirbekk, G. / Gilje, N. (1993): Geschichte der Philosophie, Band 2. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Sobetzko, H.-M. (1998): Informationen zum Chronic-Fatigue-Syndrom CFS (Chronisches Erschöpfungssyndrom), 3/1998, internet-version3/
- Spitzner, S. (1999): Zukunftsoffenheit statt Zeitherrschaft. In: Hofmeister, S., Spitzner, M., (Hrsg.): Zeitlandschaften. Stuttgart, Leipzig: Hirzel. S. 267 - 327
- Stephan, R. (2003): Wie man den Tag in der Nacht findet. Süddeutsche Zeitung, 20./21.12.03
- Stern, D.N. (1979): Mutter und Kind. Die erste Beziehung. Stuttgart: Klett-Cotta,
- Steinkamp, H. (1998): Selbstsorge und Parrhesia: antike Vorläufer gruppenspezifischer Praxis? In: Gruppendynamik, 4, S. 371-378

- Stinkes, U. (2001): Gelebte Zeit. In: Hofmann, C., Brachet, I., Moser, V., v. Stechow, E. (Hrsg.): Zeit und Eigenzeit als Dimensionen der Sonderpädagogik. Luzern: Ed. SZH/SPC, S.35 - 54
- Taylor, Ch. (1995): Das Unbehagen an der Moderne. Frankfurt/M.: Suhrkamp.
- Teriet, B. (1976): Zeitsouveränität durch flexible Arbeitszeit - In: Aus Politik und Zeitgeschichte, Bd. 26 (1976), 31, S.1-16
- Teriet (1981): Zeitsouveränität - eine personalwirtschaftliche Herausforderung. In: Personal 33, S.94 - 101
- Tjaden, K.H. (1988): Arbeit, Mensch, Natur und Raum. In: Projektgruppe Automatiion und Qualifikation (Hrsg.): Politik um Arbeit. Hamburg: Argument
- Thierbach, R. (1996): Fünf Tibeter in der Mittagspause. In: Süddeutsche Zeitung, 23.4.1996, S. G 4
- Thomas, P. (1996): Selbst-Natur-Sein: Leibphänomenologie als Naturphilosophie. Berlin: Akademie-Verlag.
- Trautwein-Kalms, G. (1995): Ein Kollektiv von Individualisten? Interessenvertretung neuer Beschäftigtengruppen. Berlin: Ed. Sigma
- Trinczeck, R. (1998): Arbeitszeitflexibilisierung in der bundesdeutschen Metallindustrie. In: Zilian, H.G., Flecker, J. (1998, Hrsg.): Flexibilisierung - Problem oder Lösung? Berlin: sigma
- Turner, B. (1987): The Rationalization of the Body: Reflections on Modernity and Discipline. In: Lash, S., Whimster, S. (ed): Max Weber. Rationality and Modernity. London, Boston, Sydney: Allen & Unwin, pp. 222 - 241
- Ulich, E. (1994): Arbeitspsychologie. Zürich: vdf Hochschulverlag.
- Ulich E.(2001): Arbeitszeit und Beschäftigung- In: Beschäftigungswirksame Arbeitszeitmodelle (2001), S. 5 - 21
- Uzarewicz, C. (2002): Grenzen erfahren – Grenzen überschreiten: Überlegungen zur Entwicklung transkultureller Kompetenz in der Altenpflege. Vortrag anlässlich der Fachtagung "Interkulturelle Altenpflege – von der Theorie zur Praxis" am 22.01.2002 in Königswinter; Projekt [iku:]. Dokumentiert in: [http://www.die-frankfurt.de/esprid/dokumente/doc-2002/iku\\_02\\_01.htm](http://www.die-frankfurt.de/esprid/dokumente/doc-2002/iku_02_01.htm)
- Valdivia, G. (1997): "Zeit" ist Geld und Geld ist "Zeit". Von der Produktion der "Zeit" zu ihrer marktwirtschaftlichen Dekonstruktion. Dokumentiert in: [http://www.balzix.de/g-valdivia\\_zeit-ist-geld\\_krisis19.html](http://www.balzix.de/g-valdivia_zeit-ist-geld_krisis19.html)

- Varela, F.J., Thompson, E. (1992): Der mittlere Weg der Erkenntnis: die Beziehung von Ich und Welt in der Kognitionswissenschaft - der Brückenschlag zwischen wissenschaftlicher Theorie und menschlicher Erfahrung. Bern u.a.: Scherz
- Voß, G.G. (1994): Das Ende der Teilung von "Arbeit und Leben"? An der Schwelle zu einem neuen gesellschaftlichen Verhältnis von Betriebs- und Lebensführung. In: Beckenbach, N., Treeck, W.van (Hrsg.): Umbrüche gesellschaftlicher Arbeit. Soziale Welt, Sonderband 9, Göttingen: Otto-Schwartz, S. 269 - 294
- Voß, G.G. (1998): Die Entgrenzung von Arbeit und Arbeitskraft. Eine subjektorientierte Interpretation des Wandels der Arbeit. In: Mitteilungen aus der Arbeitsmarkt- und Berufsforschung, 31(3), S.473 - 487
- Voß, G.G., Pongratz, H. J. (1998): Der Arbeitskraftunternehmer. Eine neue Grundform der Ware Arbeitskraft? In: Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie 50, 1, S.131 – 158
- Waldenfels, B. (1977): Möglichkeiten einer offenen Dialektik. In Waldenfels, B (Hrsg.): Phänomenologie und Marxismus. Frankfurt am Main: suhrkamp
- Waldenfels, B. (1986): Das Problem der Leiblichkeit bei Merleau-Ponty. In: Petzold, H. (Hrsg.): Leiblichkeit. Paderborn. S.149 -172
- Waldenfels, B. (1998): Grenzen der Normalisierung. Studien zur Phänomenologie des Fremden 2. Frankfurt: Suhrkamp
- Waldenfels B. (1999): Sinnesschwellen. Frankfurt/Main: Suhrkamp
- Waldenfels, B. (2000): Das leibliche Selbst. Vorlesungen zur Phänomenologie des Leibes. Frankfurt: Suhrkamp
- Waller, H. (1996<sup>2</sup>): Gesundheitswissenschaft. Eine Einführung in Grundlagen und Praxis. Stuttgart.
- Weber, M. (1922/1988<sup>7</sup>): Gesammelte Aufsätze zur Wissenschaftslehre. Hrsg. von Johannes Winkelmann, Tübingen: Mohr
- Weber, M. (1956): Wirtschaft und Gesellschaft, Band 1 + 2. Tübingen
- Weber, A., Hörmann, G., Köllner, V. (2006): Die Epidemie des 21. Jahrhunderts. In: Deutsches Ärzteblatt, Jg. 103, Heft 13, S. A834-A841.
- Welsch, J.(1997): Nomadenökonomie oder Wirtschaftsbürgertum - Die Zukunft der Arbeit in der Wissensgesellschaft. In: Gutmann, J.(Hrsg.): Flexibilisierung der Arbeit. Stuttgart: Schäffer Poeschel
- Welsch, W.(1993): Identität im Übergang. Philosophische Überlegungen zur aktuellen Affinität von Kunst, Psychiatrie und Gesellschaft. In: Welsch (Hrsg.): Ästhetisches Denken. Stuttgart: Reclam, 168 - 200

- Westphal, K. (2005): Phänomenanalyse der Stimme-im-Medium. Dokumentiert in:  
[www.uni-koblenz.de/~gpko/download/ws0405/veranstaltungen/1.1.30/stimme\\_im\\_medium.pdf](http://www.uni-koblenz.de/~gpko/download/ws0405/veranstaltungen/1.1.30/stimme_im_medium.pdf)
- Willmott, H.(1994): Management education. Provocations to a debate. Management learning. Vol. 25. No 1, pp 105 - 136
- Whitrow, G. J. (1991): Die Erfindung der Zeit. Hamburg
- WHO (1985): Einzelziele für "Gesundheit 2000". Kopenhagen
- Workplace Reporter, v. 21.7.2000
- Wulf, Ch. (2000): Die Geste der Arbeit. In: Ahrens, J. (2000, Hrsg.): Jenseits des Arbeitsprinzips. Vom Ende der Erwerbsgesellschaft. Tübingen: edition diskord
- Zeus, A. (2006): Motologisches Arbeiten in Südafrika: Bewegungsangebote im Schnittpunkt von gesellschaftlichen und individuellen Deutungskontexten. In: Motorik 29 (2006) 1, S. 25 - 32
- Zilian, H.G. (1998): Die Zeit der Grille? Eine Phänomenologie der Arbeit. Facultas
- Zilian, H.G. (2002): Vermarktlichung und Kommerzialisierung des Charakters. In: Ökonomie und Gesellschaft (2002): Jahrbuch 18: Alles käuflich. Marburg: Metropolis
- Zilian, H.G., Flecker, J. (1998, Hrsg.): Flexibilisierung - Problem oder Lösung? Berlin: sigma
- Zoll, R.(1995): Alltagssolidarität und Individualismus. In: Keupp, H. (Hrsg.): Lust an der Erkenntnis: Der Mensch als soziales Wesen. München: Piper

Ich erkläre, dass ich die Dissertation unter Verwendung keiner anderen als der angegebenen Hilfsmittel angefertigt habe